PETER DEUNOV

AU CŒUR DE LA SANTÉ

Traduit du bulgare par Marta Alexandrova
et
rédigé par Jacqueline Bonnault

LIVRE POUR LA SANTÉ
Santé, maladies, mode de vie, soins, prescriptions, formules, chants

de Peter Deunov
Responsable de la compilation : Nicola NANKOV

Édition revue et complétée
ASTRALA
Sofia (Bulgarie) - 1994
ISBN 954-562-026-9

TABLES DES MATIÈRES

Mal de tête
Névralgie du visage
Insomnie
Inflammation nasale
Méningite
Bourdonnement d’oreilles
Otite
Inflammation des yeux
Mal à la gorge
Amygdales
Orgelet
Inflammation des gencives
Chute des cheveux
Bégaiement
Paralysie
Maladies éruptives infantiles
Scarlatine
Maladies psychiques
Épilepsie
Abcès
Eczéma

Goitre
Taches blanches sur les ongles
Sable et calculs dans la vésicule biliaire
Énurésie chez les enfants
Sciatique
Rhumatismes
Albumine et inflammation des reins
Dépôts rénaux
Oreillons
Dilatation du foie
Jaunisse
Appendicite
Hémorroïdes
Rétrécissement du pylore
Colite purulente
Constipation
Ulcère de l’estomac ou du duodénum
Gastrite
Diabète
Hypertension artérielle
Hypotension artérielle

Plantes et arbres médicinaux

NOTE DE L'ÉDITEUR

Lecteurs, soyez attentifs au fait que les recommandations et prescriptions contenues dans ce livre ne peuvent être lues indépendamment de l'approche spirituelle de l'auteur. Celle-ci vise à favoriser l'éveil du divin en l'homme et son harmonisation avec les lois de la Nature dans sa vie quotidienne, elle ne se substitue pas à la médecine.

AVANT-PROPOS

Ce livre est rédigé par un groupe de disciples à partir d'extraits de conférences du Maître Peter Deunov. Les recommandations recueillies au fil des années s'adressent à des auditeurs de différents horizons. Elles ont été regroupées selon une organisation logique de manière à privilégier l'exactitude des textes originaux disséminés dans différents livres, au risque de redites, plutôt que de priver les lecteurs d'une information approfondie et plus complète, la répétition constituant en elle-même une méthode pédagogique. C'est également pour respecter l'intégralité de la pensée du Maître que nous avons jugé préférable de ne pas dissocier les principes de haute spiritualité des pratiques de vie au quotidien.
A l'attention de chacun et à son ouverture d'esprit est confiée la mise en perspective de cette sagesse immémoriale qui s'exprimait déjà avec une pareille profusion de savoir dès le début du XXème siècle. Le but ultime est la réconciliation de l'homme avec le divin en lui, à la base de toute démarche vers un mieux-être en accord avec les lois de la Nature, afin de comprendre les causes des ses maladies et de trouver les moyens de guérison les plus adaptés à l'homme d'aujourd'hui.

Le corps humain et sa constitution

Constitution

Toute la Création divine existe en miniature dans l'homme.

Chaque homme est comme une corde de l'instrument divin sur lequel des entités invisibles jouent avec leurs archets.

Le corps de l'homme est le résultat de l'énergie divine qui a créé l'organisme humain d'aujourd'hui.

L'homme possède douze corps, mais pour l'instant quatre seulement sont en activité : le corps physique, le corps astral ou corps des émotions, le corps mental et un quatrième nommé le corps causal.

Les huit autres corps subtils sont encore à l'état embryonnaire mais à l'avenir ils se manifesteront. Lorsque l'homme atteindra le monde spirituel, quatre corps se manifesteront et quand il entrera dans le monde divin les quatre autres se développeront. Chacun d'eux se développera et se manifestera en son temps.

L'âme humaine possède son propre corps spécifique au moyen duquel elle peut s'élever et se glorifier. Ce corps est si plastique, si bien fait qu'il est capable de se réduire ou de s'élargir. C'est précisément ce corps qui bâtit le corps physique ainsi que tous les autres corps.

L'intellect et le cœur sont tout aussi importants que le corps physique. Ce dernier représente la base au sein de laquelle l'homme puise ses forces vitales.

Le corps physique représente un vêtement divin qui se renouvelle continuellement. Il change tous les sept ans. Grâce à cette rénovation permanente, l'homme est en bonne santé, plein d'énergie et de bien-être.

À l'heure actuelle notre corps spirituel est en formation car il n'est pas achevé, le front, le nez, la bouche, les os, le crâne, le cerveau, les mains ne sont pas encore entièrement élaborés. La main astrale est en train de se former. La substance astrale se condense, se prépare pour une vie supérieure plus pure. Actuellement elle ressemble à quelque chose de fluidique, semblable à un liquide.

L'homme a la forme d'un cône, plus large en haut au niveau des épaules, plus étroit en bas. Cela témoigne de sa descente dans le monde physique, c'est-à-dire le monde matériel.

La tête humaine est le fruit des différentes cultures par lesquelles les humains sont passés. La construction du corps physique est le résultat des existences animales. Sa matière est le résultat de l'action des plantes. Lors de la phase végétale, l'homme a sélectionné les matériaux entrant dans la construction de son corps; lors de la phase animale, il a formé son corps; lors de son arrivée à la phase humaine, il a créé sa tête et son visage. Dieu a insufflé la vie dans l'homme et celui-ci est devenu une âme vivante.

La substance dont l'homme est créé diffère de celle propre aux animaux et aux autres créatures.

Les formes qui composent le corps d'un animal sont élaborées par des forces et des matériaux spécifiques. Cette matière n'est pas facile à transformer. Chaque être humain est aussi créé d'une

matière composée d'éléments spécifiques : certains hommes possèdent plus d'or dans leur sang, d'autres plus d'argent, plus de fer, plus de cuivre et ainsi de suite.

Dans le sang, l'or ne représente pas plus d'un dix-millionième de milligramme, mais il agit en profondeur sur le caractère humain. Si les chercheurs s'avisaient de découvrir cet or avec leurs balances et leurs mesures, ils n'y arriveraient pas. Pourtant son influence est puissante chez ceux qui le possèdent dans leur sang en plus grande quantité. Outre l'or, il existe encore une autre substance, celui qui la possède dans son sang pourrait faire des miracles. La substance primaire à partir de laquelle le monde a été créé était des milliers de fois plus diluée que celle de l'hydrogène. Les forces primaires qui ont œuvré dans cette matière étaient à l'origine si puissantes qu'aujourd'hui, si on pouvait en obtenir ne serait-ce qu'un gramme, on parviendrait à faire fonctionner toutes les entreprises industrielles sur terre, jour et nuit, sans interruption pendant trois mille ans.

Selon la science initiatique, la matière qui compose l'homme ne provient pas seulement de la terre; la matière dont est issu l'homme cosmique provient, à l'origine, de tout l'univers, de tous les soleils et de toutes les planètes. Le corps humain d'aujourd'hui est constitué de leurs particules les plus infimes. Aussi leur influence, tant sur le plan physique que psychique, dépend de la quantité et de la qualité de ce que nous avons pris des différents corps célestes.

Plus l'homme est bon, raisonnable, conscient et fort, mieux sont construits ses organes : ils sont plus résistants, plus raffinés. Un tel homme est en bonne santé et possède une bonne constitution corporelle. De même que l'habit porté par quelqu'un nous renseigne sur sa culture et ses qualités intérieures, de même la constitution de ses organes internes, des parties de son corps et de ses membres externes est en correspondance avec les forces de son organisme.

Les organes sont créés par certaines vertus. En conséquence, chaque déficience d'un organe influence la vertu qui en est à l'origine.

Si vous saviez combien d'entités souffrent et se sacrifient pour maintenir le corps en bonne santé! C'est pour cette raison que vous n'avez pas le droit de penser que vos possessions vous appartiennent. Rien n'est à vous. Tout ce que vous possédez appartient à Dieu. Remerciez-Le et dites-Lui seulement : «Seigneur, je Te remercie de m'avoir pris en Ton Sein.»

Chaque organe exerce une double fonction : interne et externe, c'est-à-dire spirituelle et matérielle.

La vérité la plus simple est indispensable pour l'établissement de l'équilibre de l'organisme : elle maintient le système digestif en bon état. À la base du bon fonctionnement du cœur se trouve la justice. C'est elle qui entretient l'activité régulière du cœur et des poumons. Là où manque la justice s'introduit la mélancolie.

Un homme bien développé est celui qui possède des proportions justes et des rapports harmonieux entre sa taille et sa corpulence, entre ses bras et ses jambes, entre sa tête, son corps et ses membres. Des rapports définis existent entre les nombres qui régissent les différentes parties du corps. Toute modification dans un de ces nombres entraîne un changement simultané dans les autres.

Si l'homme savait comment penser, il serait en mesure de se construire un corps sain, un visage beau et parfait.

Chez l’homme et la femme normalement développés, la longueur des pieds doit représenter un sixième de la taille, la hauteur du visage un dixième, celle de la cage thoracique un quart, et la longueur des mains un dixième.

Le front est la mesure de Dieu. Le nez est la mesure des anges. Le menton est la mesure de l’homme.

Les sourcils doivent être aussi longs que le nez, la bouche aussi large que les sourcils. C’est la Nature même qui nous a donné ces mesures.

En général la partie supérieure du corps, plus précisément le thorax, doit être large, la taille et le ventre délicats et affinés.

Plus large est le cerveau, plus grande est la résistance de l’homme dans le monde physique. Chez la femme, la largeur du cerveau est en correspondance avec la largeur des hanches. Chez l’homme, la hauteur du cerveau correspond à la largeur des épaules. Les gens avec de larges épaules sont plutôt des hommes, peu importe qu’ils soient venus dans une forme masculine ou féminine. La femme avec de larges épaules est plus masculine que féminine. L’homme avec des hanches larges est plus féminin que masculin.

Pour l’instant l’intelligence et la conscience humaine siègent et fonctionnent principalement dans les corps physique, astral, mental et causal. Sans nul doute, il existe d’autres corps chez l’homme mais pour le moment ils ne sont pas éveillés. À ces différents corps correspondent des organes du corps physique. Par exemple au cerveau correspond le corps mental; au système sympathique, appelé aussi cerveau de l’estomac, correspond le corps spirituel; au foie, à la rate et à l’estomac correspondent les niveaux inférieurs du corps astral.

Si le foie est dérangé les sentiments aussi sont perturbés, ce qui peut rendre taciturne et mal disposé. Le foie aide à la digestion. Les toxines qui n’ont pas été éliminées dans l’estomac et le foie seront absorbées par le sang. Il en résultera un dérangement dans le corps astral et les forces du corps astral ne passeront pas normalement dans le corps physique. Par exemple, en cas de dysfonctionnement du foie, la mémoire s’affaiblit et si cet état s’aggrave, le foie influençant d’une manière indirecte le système nerveux sympathique, on peut aboutir à la neurasthénie. Quand la fonction d’un organe est entravée, des répercussions se font sentir sur les autres organes. Si vous ne maîtrisez pas vos sentiments, ils vont perturber votre foie qui, à son tour, engendrera des troubles dans tout l’organisme.

Chaque élément a sa place dans l’organisme. Par exemple la place de l’oxygène est dans le sang, celle de l’azote dans le cerveau et le système nerveux, celle de l’hydrogène dans l’estomac et celle du carbone dans les os.

Tous les organes de l’homme sont en étroite corrélation avec son caractère et son âme. Telle est son âme, telle est la constitution de son corps. Tel est son cœur, telle est sa bouche. Tel est son nez, telle est son intelligence. Telles sont ses mains et ses bras, tel est son sens de la justice.

Dans le plan physique la fonction du système digestif consiste à digérer la nourriture, mais dans le plan spirituel son rôle est de dissoudre les passions et les désirs inférieurs, c’est-à-dire de les réduire en miettes et de les brûler. Au niveau physique les poumons et le cœur purifient le sang et, sur le plan spirituel, ils sont comme le soufflet et le foyer par lesquels doivent transiter les sentiments afin que le pur soit séparé de l’impur.

Le système cérébral envoie des ordres vers les différents organes pour que ceux-ci agissent dans le monde spirituel. Le cerveau de l'homme définit l'usage et la place de chaque pensée. Ne mélangez pas les pensées pures avec les pensées impures! La pensée est liée avec les désirs, les désirs avec les actions et les actions avec les conséquences.

Comme le cerveau, le cœur et les poumons possèdent également une double fonction psychologique et physiologique. Ainsi le cœur ne purifie pas seulement le sang mais aussi les sentiments. Les poumons ne purifient pas seulement l'air mais ils sont également l'autel de la purification des pensées, des sentiments et des désirs. Sur cet autel brûlent les feux sacrés du sanctuaire qui purifient et forgent toute chose.

Chez l'homme, chaque organe et chaque système du corps sont en rapport avec la vie qu'il mène. Par exemple, l'estomac est en rapport avec la vie physique. Lorsque l'homme a bien réglé ses affaires matérielles, son estomac fonctionne bien; s'il a commis des erreurs dans ce domaine, son estomac est perturbé. Par ailleurs, on peut remarquer qu'un homme peut être en bonne forme physique sans être fort pour autant. D'où vient alors la force de l'homme? Eh bien, des poumons! Un homme fort est celui qui respire comme il faut.

L'estomac est l'organe chargé de fournir les matériaux indispensables à la construction du corps physique. Souvent avant de construire une maison, on édifie une cabane dans laquelle on entrepose les planches, le ciment et d'autres matériaux. On peut justement comparer l'estomac à cette cabane. En effet, dans l'estomac on dépose les matériaux de construction qui seront répartis dans tout l'organisme.

Par ses poumons, l'homme se lie avec les Chérubins. Par la respiration, unissez-vous à eux et à leur sagesse! Oui, la sagesse peut être obtenue par la respiration, tandis que par son cœur, l'homme est lié à une hiérarchie appelée les Trônes, siège de l'Intelligence divine. Le battement du cœur montre notre lien avec cette hiérarchie. Par l'estomac, nous sommes liés à d'autres hiérarchies où siègent des Êtres de la Noblesse. C'est pourquoi, lorsqu'il est bien nourri, l'homme est mieux disposé, plus noble et prêt au sacrifice. De l'estomac, on passe ensuite au foie qui est lié à une hiérarchie appelée les Puissances ou Force divine. Par la vésicule biliaire, l'homme est relié avec des Êtres de la Bonté. Quand la vésicule biliaire fonctionne normalement, la bonté et l'amour augmentent. Lorsque la haine grandit, l'amour diminue. C'est là une loi qui régit les rapports entre les forces et personne ne peut aller contre cette loi. Après le foie, on se dirige vers la rate qui relie l'homme avec la hiérarchie des Dominations, appelée aussi la Justice divine ou la Victoire sur le monde. Puis nous rencontrons une autre hiérarchie, les Archanges ou Êtres de la Gloire divine. C'est à eux que revient la charge de diriger les peuples. Ils sont en rapport avec les reins. Puis nous arrivons à la hiérarchie angélique qui est en prise directe avec la base et les fondements de la vie.

Le système digestif gouverne l'homme physique; le système nerveux sympathique, relié au cervelet et à la partie postérieure du cerveau, gouverne l'homme spirituel; enfin le cerveau et la mœlle épinière gouvernent l'homme spirituel à l'intelligence éveillée.

Aujourd'hui, la pensée s'exprime par le cerveau, les sentiments par le système sympathique et plus particulièrement par le plexus solaire que l'on appelle improprement le cœur. Quant à la volonté, elle s'exprime par les bras, les mains, les pieds et les jambes.

Trois facteurs entrent dans le processus de digestion. Le premier facteur est l'estomac qui fournit une nourriture matérielle à tout l'organisme. Les poumons constituent le deuxième facteur : en

absorbant l'air par le nez et la bouche, ils parviennent à purifier et oxygéner le sang. Le troisième facteur est le cerveau qui envoie les énergies dans tout le corps.

La digestion se reflète sur la circulation sanguine, la circulation sur le système respiratoire, le système respiratoire sur le système nerveux et de là sur le cerveau, lui-même siège de la pensée. Mais le cerveau comme le système nerveux ne sont pas les lieux où la pensée est créée. En fait, ils ne font que la transmettre et l'élaborer. Il existe un monde supérieur où la pensée se crée. Elle est ensuite envoyée vers nous par l'intermédiaire du cerveau et du système nerveux qui servent de conducteurs.

Le principe de l'intellect est conditionné par le système nerveux dans lequel le cerveau, les nerfs et les sens jouent un rôle essentiel. Le principe du cœur, ou la puissance de l'émotivité, est lié au système respiratoire ainsi qu'à la circulation sanguine et à la digestion. La volonté de l'homme est étroitement conditionnée par sa faculté supérieure que l'on appelle la soi-conscience ou plutôt la super-conscience; elle se manifeste par la force motrice des muscles.

L'homme n'est véritablement conscient de lui-même que lorsqu'il sait comment utiliser l'ensemble des différents organes de son corps.

Le monde de la synthèse, c'est la tête. Les poumons et le cœur, lequel rythme la vie et fait mouvoir le sang, représentent le monde spirituel; l'estomac, lui, représente le monde physique ou matériel. Par conséquent l'homme doit savoir vivre dans ces trois mondes.

L'homme se différencie de tous les animaux par sa tête. Celle-ci représente un premier monde. Le deuxième monde part du cou et englobe le thorax avec le cœur, les poumons et une partie de l'estomac. Le troisième monde commence par l'estomac et englobe les intestins, le foie et les reins.

Le monde physique correspond au système digestif. Il comprend trois régions : l'enfer qui est le gros intestin, le purgatoire qui est l'intestin grêle et le paradis qui est l'estomac.

Le monde spirituel comprend les poumons avec ses deux ailes. Le bien passe par l'aile droite et le mal par l'aile gauche. L'aile droite du poumon représente le paradis, l'aile gauche l'enfer.

La tête de l'homme où se trouve le cerveau représente le monde divin. La partie frontale de la tête et la partie supérieure du crâne représentent le bien ou le paradis, et la partie postérieure du crâne représente l'enfer. Autrement dit, l'homme a la faculté de vivre simultanément dans les mondes physique, spirituel et divin.

La santé repose aussi sur une glande située en bas du sternum juste au-dessus du plexus solaire. Si vous arriviez à la mettre en contact avec les énergies solaires et si vous saviez à quel moment ces énergies sont les plus nobles, vous pourriez obtenir de grands résultats. En connaissant cette loi, chaque homme pourrait établir un contact entre cette glande et les énergies solaires et ainsi il pourrait vivre aussi longtemps qu'il le voudrait. S'il veut développer son intellect, l'homme doit relier cette glande d'une part avec les énergies lumineuses de la lune, et d'autre part avec les énergies du cerveau qui sont d'un autre ordre. L'intellect de l'homme sert uniquement dans ce monde. Ce que l'intellect saisit est vrai principalement pour le monde dans lequel nous vivons, mais ce qu'il peut dire de l'autre monde, invisible, ne correspond pas à la réalité. C'est par le cœur que nous connaîtrons l'autre monde; pour le monde intérieur, ce que le cœur pense est vrai. Pour avoir accès au monde spirituel, il faut compter sur la puissance de pénétration de notre cœur.

La première chose que l'on constate dans notre organisme est l'existence d'un ordre établi entre tous les organes, d'une interdépendance dans leurs activités et d'une harmonie entre tous leurs

ouvriers qui connaissent parfaitement leur travail. Dans le corps humain, les organes n'ont pas d'intérêt personnel : tous ont en vue le bien-être commun qui réjouit l'homme. C'est là le secret qui concourt à la réussite commune. Dans l'organisme sain il n'y a pas d'arbitraire, d'actes fortuits; en lui règne l'unité. Lorsqu'une cellule devient malade ou souffre, toutes les cellules qui l'entourent sont compatissantes et par tous les moyens elles s'empressent de supprimer le plus rapidement possible ce malaise. À l'intérieur du corps, tout est réparti avec une exactitude mathématique : cet ordre équilibre les énergies de l'organisme et crée l'harmonie. C'est ce que nous appelons la santé.

Les traits prédominants du caractère donnent la forme des oreilles, des yeux, des sourcils, des cheveux qui sont fins ou épais, des doigts qui sont courts ou longs.

À tout moment, la composition de la salive change et indique les modifications qui se produisent dans le psychisme. C'est là toute une science que l'on étudiera dans l'avenir.

Dans une de ses épîtres, saint Paul dit :

«Avec ma chair, j'ai servi le péché et avec mon esprit je sers la loi de l'amour». Qui nous sauvera de cette situation? Eh bien, personne. L'homme doit servir à la fois la chair et l'esprit.

Si tu es fait de chair, tu mangeras, tu dormiras, tu travailleras.

Si tu viens de l'Esprit, tu travailleras par lui dans le monde spirituel et dans le monde divin.

Qu'il le veuille ou non, l'homme est à la fois au service de la chair et de l'esprit.

Quoi que l'on puisse dire ou lire dans les textes sacrés, il est impossible à l'homme de se libérer de sa nature propre. La lutte entre la chair et l'esprit a toujours existé et existera toujours. Autant la vie de l'esprit et celle de la chair luttent entre elles, autant l'une et l'autre sont indispensables pour l'évolution de l'homme.

Sans la vie de la chair, on ne peut exister et aucune évolution n'est possible. N'ayez donc pas peur de la chair mais tâchez de la soumettre afin qu'elle puisse devenir la servante de l'esprit. En toutes circonstances, éduquez votre chair!

D'après les Hindous, l'akasha est un élément éternel qui remplit tout l'espace. De cette substance est formée toute chose. Elle est là, immuable et sans mouvement, elle ressemble à un grand aristocrate inactif et dans le repos éternel. Le second élément est le prâna, force éternelle également. Il fournit l'électricité et le magnétisme. C'est lui qui crée les formes. L'éther, l'air, l'eau, les comètes, les planètes, tous proviennent du prâna et de l'akasha. Derrière le prâna et l'akasha se trouvent encore d'autres substances dont nous ignorons l'existence et l'essence. Pour bénéficier du prâna, l'homme doit apprendre les lois qui le régissent car les différentes maladies, maux de tête, tuberculose, problèmes digestifs, proviennent de sa mauvaise distribution dans le corps humain. Si les muscles en sont privés le rhumatisme des articulations apparaît.

La science du prâna a pour but de distribuer régulièrement l'énergie entre les organes et les cellules afin qu'ils ne souffrent pas. L'homme ne peut prétendre avoir une bonne santé s'il ne comprend pas les lois du prâna. Dans ce sens, la respiration n'est pas autre chose qu'une méthode essentielle pour l'accumulation du prâna. Pourquoi l'homme doit-il bien se comporter? Pour pouvoir recevoir le prâna et bien l'utiliser. Si l'homme ne fait pas correctement travailler son intelligence, son cœur et sa volonté, il se prive du prâna indispensable à sa vie.

Le système nerveux

Lorsque nous étudions la physiologie du système nerveux, nous parvenons à la conclusion qu'il est une installation traversée par les forces de la Nature vivante. Les filaments nerveux sont des cellules vivantes. Ils sont des conducteurs de l'énergie nerveuse qui circule à travers eux comme l'eau circule dans les tuyaux d'irrigation. Si l'eau contient du sable, celui-ci forme peu à peu des dépôts calcaires qui, en se déposant sur les parois des tuyaux, peuvent un jour définitivement les boucher. C'est ainsi que se forment des bouchons dans les canalisations d'eau. Le même processus se produit dans le système nerveux de l'homme. Que faut-il faire alors? Il faut enlever les bouchons en sachant faire le tri dans ses pensées et ses sentiments.

L'homme représente un arbre composé lui-même de deux autres arbres qui correspondent d'une part au système cérébral et d'autre part au système nerveux sympathique. Les branches du premier, le système cérébral, descendent jusqu'aux extrémités du corps tandis que ses racines se trouvent en haut dans le cerveau. Le deuxième arbre, le système nerveux sympathique, nommé encore cerveau de l'estomac, est composé de nombreux ganglions. Ils sont disposés principalement dans la région abdominale où sont implantées les racines du système sympathique, c'est-à-dire dans le cerveau abdominal, et ses branches s'élèvent vers le haut. Donc les branches des deux arbres s'interpénètrent.

En quoi ces deux systèmes se différencient-ils? Par le résultat de leur action. Le système cérébral est porteur d'électricité et s'il est plus développé que l'autre, l'homme commence à se dessécher. L'électricité enlève toute humidité à l'organisme et c'est pour cela que l'homme est sec, il manque d'eau. Le système sympathique produit des résultats inverses. Il est porteur de magnétisme. Lorsqu'il est développé chez quelqu'un, celui-ci grossit; il se produit une accumulation, un surplus de matière qui se transforme en graisse. Ces deux systèmes peuvent se corriger mutuellement.

Le siège de la conscience est dans la tête et partiellement dans la colonne vertébrale. La conscience se manifeste par le cerveau et par la mœlle épinière. Autrefois, le siège de la conscience était ailleurs que dans le cerveau, il était situé dans le système sympathique nommé aussi plexus solaire. C'est là qu'il se trouvait dans le passé lointain et l'homme pensait grâce à son plexus solaire.

En toutes circonstances, le succès de l'homme dépend de son système sympathique. La joie, la bonne disposition d'esprit, l'inspiration reposent sur lui. Auparavant cela était connu mais comme on l'a oublié il faut l'apprendre à nouveau. À présent, c'est l'époque du travail sur l'organisation du cœur et du cerveau humains. Tous les organes du corps humain s'organisent pour entrer en accord avec le système nerveux sympathique. L'énergie divine chez l'homme est fournie par le système sympathique. La force spirituelle de l'homme est située dans son plexus solaire que je nomme le cerveau de la vie. Le cerveau, qui à l'époque actuelle n'est pas encore organisé et le plexus solaire, créateur de la vie, doivent s'harmoniser. Cela est indispensable car vous n'appartenez pas seulement au monde dans lequel vous vivez, mais aussi à un monde supérieur. La force de l'homme est cachée dans le système sympathique, voilà pourquoi vous ne devez pas le laisser ouvert pour que chaque passant y entre et en sorte à son gré. Fermez-le avec neuf clés, mais installez aussi neuf robinets pour que ceux qui ont soif puissent s'y abreuver.

Le système nerveux sympathique reçoit directement la vérité et la réalité alors que le cerveau les reflète seulement. Le système sympathique est dérangé lorsque les courants qu'il dirige vers le cerveau sont interrompus. L'activité des deux systèmes est alors perturbée. Par exemple, la haine

perturbe l'activité de ces deux systèmes. Pour rajeunir, faites chaque jour pendant 15 à 20 minutes des exercices pour le système sympathique.

Dans le système sympathique sont cachées les racines de la vie. Lorsqu'il y a des conditions pour leur développement, l'homme grossit. L'homme mince et sec pense plus. Celui qui est gros est davantage sensible et plus émotif.

Si l'on étudie le système sympathique, on constate que ses racines sont implantées dans la région abdominale où existent des glandes nommées cerveau de l'estomac ou plexus solaire. Les branches de ce dernier se dirigent vers le cerveau principal et, de là, les énergies sont renvoyées vers le bas. Si le système sympathique n'était pas contrôlé par le cerveau principal, l'homme se retrouverait au stade animal, dirigé par la loi de la conservation.

Le cœur physique de l'homme est légèrement à gauche mais son cœur spirituel est au centre juste au-dessous du sternum. C'est l'endroit le plus fragile que l'homme doit protéger avec beaucoup d'attention.

Le plexus solaire est sous l'influence du foie que l'homme doit entretenir en bonne forme. Comment? Par le plexus solaire. Toutes les impuretés du monde mental et du monde émotionnel passent par le foie et de là se dirigent vers le centre de la terre pour être éliminées. Dans ce sens, le plexus solaire sert de canal de purification pour les pensées et les sentiments impurs. La santé de l'homme dépend du bon état du foie.

Le cœur intérieur n'est pas celui qui propulse le sang mais celui qui forme les sentiments et que l'on nomme le plexus solaire. C'est l'organe qui accumule l'énergie solaire. L'intellect est l'instrument qui accumule les énergies lunaires, les énergies des autres planètes et des étoiles. Il condense la lumière et forme les matériaux subtils, c'est-à-dire les images de la pensée.

Pour acquérir des connaissances occultes de plus haut niveau, l'homme doit posséder un système nerveux en très bonne santé et de très grande résistance car les pensées et les sentiments supérieurs demandent un système nerveux sain et en très bon état. Les pensées, les sentiments et les actes grossiers endommagent le cerveau.

Le cerveau

Quand on parle du monde divin, c'est-à-dire d'un monde d'une culture supérieure, on a en vue le cerveau humain. Le monde divin est un monde organisé où il ne se produit presque pas de changement. La même chose concerne le cerveau qui est l'objet de très peu de changement. Il ne s'épuise pas comme le corps, sa matière se caractérise par sa grande résistance. Un capital immense se trouve dans le cerveau. C'est le cerveau qui a créé le visage. Par l'aspect du visage on reconnaît l'état du cerveau; par les yeux, les oreilles, l'odorat, le goût ou la peau du visage, on peut comprendre dans quel état il se trouve. Si on pouvait connaître l'état du cerveau, on saurait dans quelle situation est le corps humain avec ses organes.

La pensée ne prend pas naissance dans le cerveau ni dans le système nerveux, ceux-ci la reçoivent et la façonnent seulement. Il existe donc un monde supérieur où les pensées sont créées. De là elles sont envoyées dans notre monde par l'intermédiaire du cerveau et du système nerveux, conducteurs de toutes les idées et pensées.

La foi permet la sécrétion d'une hormone. Si la foi ne peut pas attirer de sang dans votre cerveau, elle est faible. L'espérance aussi produit une hormone spécifique. Si votre espérance ne peut pas attirer le sang dans votre cerveau, elle est faible. Si votre raison ne peut pas attirer le sang dans votre cerveau, elle est aussi faiblement développée. De même, la musique doit attirer le sang vers les centres musicaux situés dans le cerveau. L'homme nouveau est celui dont tous les centres et toutes les glandes du cerveau sont bien irrigués. Lorsque les glandes et les centres cérébraux seront bien développés et renouvelés, l'homme nouveau sera créé. Les causes du rajeunissement et même de l'immortalité sont cachées dans les glandes aux sécrétions internes. L'immortalité est déposée dans l'homme mais il ne sait pas comment l'atteindre. La raison est déposée dans l'homme mais il ne sait pas comment l'utiliser. Toutes les vertus sont déposées dans l'homme mais il ne sait pas les développer.

Comme le jardinier arrose les légumes de son jardin, de même l'homme doit orienter sa pensée vers les centres de son cerveau pour leur apporter des énergies qui les nourrissent. S'il arrose seulement quelques centres et qu'il abandonne les autres, l'homme ne se développe que partiellement. Les hommes sont malheureux parce qu'ils sont partiellement développés.

La faim est liée au sens de l'appétit dont le centre est situé près des tempes. Les hommes chez qui ce centre est bien développé ont un grand appétit. On doit se nourrir mais on doit savoir comment le faire.

Certains scientifiques et certains occultistes ont remarqué que dans le cerveau humain commencent à se développer des fils blancs, à se constituer certaines formes des futurs organes pour la nouvelle humanité. Aussi longtemps que les êtres humains n'auront pas créé ces nouveaux organes, beaucoup de choses resteront pour eux inexplicables. Les hommes nouveaux doivent être constitués d'une matière nouvelle.

Dans le cerveau existent des cellules spécialisées qui captent toutes les tonalités de la lumière du soleil, qui sont au nombre de 52. Nous ne captons que deux de ces tonalités. D'autres cellules captent les énergies de la terre. D'autres encore sont spécialisées pour les sciences, les arts, la musique, l'intuition et ainsi de suite. Toutes ces cellules possèdent une très grande intelligence.

Dans le corps humain le cerveau est l'organe le moins sensible. On peut même le toucher, il ne ressent rien. C'est lorsqu'il accumule un surplus d'énergie qu'il commence à souffrir.

Autrefois les humains travaillaient avec l'hémisphère droit du cerveau et la main gauche était davantage développée. Aujourd'hui, comme l'hémisphère droit est fatigué, le travail passe dans l'hémisphère gauche, voilà pourquoi l'homme contemporain travaille davantage avec sa main droite. Les esprits intelligents qui dirigent l'humanité ont fait en sorte qu'à l'époque actuelle, l'homme travaille avec l'hémisphère gauche et la main droite.

Certains viennent au monde avec une très bonne mémoire transmise par de nombreuses générations précédentes qui ont travaillé à son développement. Chaque homme naît avec la possibilité de développer sa mémoire. Les hommes au front peu développé ont une meilleure mémoire que ceux au grand front. Ces derniers ont beaucoup d'idées et sont très entreprenants mais distraits.

Le cerveau est composé de deux sortes de matière : l'une est physique et se décompose, l'autre est subtile, spirituelle et ne se dégrade pas. Toutes les pensées humaines sont imprimées dans la

matière spirituelle. C'est précisément cette matière que l'homme emporte avec lui après sa mort et qui forme l'image du défunt.

Toute la surface du cerveau et du corps humain représente un réceptacle pour les énergies multiples qui arrivent de partout, de toute la Nature.

Le cerveau, qui est très résistant, n'est jamais malade. La cause de la maladie est cachée ailleurs. Dans un cas sur dix mille seulement, il se peut que le cerveau soit atteint d'un mal qui concerne plutôt sa partie postérieure, ce mal découle d'une collision provenant d'un conflit entre l'intellect et le cœur.

Les cellules

La vie jaillit du Grand qui n'a ni commencement ni fin. La vie provient de l'Essentiel, du Grand et non du petit. Les scientifiques disent que la vie est venue d'une petite cellule. En réalité, la cellule est comme le robinet par lequel l'eau s'écoule mais l'eau provient d'ailleurs. De même la vie provient d'ailleurs et la cellule est son conducteur, mais un conducteur intelligent. Certaines catégories de cellules composent le cerveau, d'autres l'estomac, d'autres les poumons, d'autres le système nerveux, etc. Ce sont des chimistes exceptionnels qui savent comment combiner les éléments. Les cellules sont même plus intelligentes que l'homme dans lequel elles se trouvent. L'homme se considère maître de son corps, mais en réalité certains de ses serviteurs sont plus intelligents que lui. Il faut que le maître s'adresse au Seigneur avec ces paroles : «Seigneur, je voudrais au moins en savoir autant que les serviteurs qui habitent dans ma tête.» Il faut devenir un peu plus humble et reconnaître notre ignorance. Si son sang n'est pas pur et qu'il n'a pas de chance, peut-on dire que l'homme est savant? Il ne connaît pas encore grand-chose!

Que représente l'homme? Un assemblage de milliards de petites âmes et d'entités qui se sont mises d'accord au nom de l'Amour divin pour entrer et travailler dans un corps afin de lui donner une expression humaine. Elles se sont sacrifiées pour lui et sont devenues ses serviteurs. Comme il ne les comprend pas, il dit que le corps n'est rien d'autre qu'une machine.

Dans le monde existe une matière dotée d'intelligence qui pénètre toutes les cellules du corps. Nous ne soupçonnons même pas son existence. Autour de cette matière intelligente circule une force intelligente; les deux se conjuguent, englobent toutes les cellules et pénètrent jusqu'aux particules les plus petites de notre organisme.

Une cellule immortelle, primordiale se trouve dans l'organisme humain. Chacun doit la découvrir. Elle est l'ancêtre de toutes les cellules. Cette cellule vivante primaire se différencie des autres du fait qu'elle contient une substance comme de la corne. Les éléments nutritifs y sont plus abondants que dans les autres cellules. Grâce à son noyau dur qui la rend très résistante, elle est capable de supporter les conditions les plus difficiles.

L'organisme humain est composé d'environ 60 trillions de cellules différenciées, dotées d'une très grande intelligence. Toutes ces cellules possèdent des qualités et des compétences analogues à celles des êtres des différents règnes de la Nature et des différentes intelligences. Par exemple, certaines cellules de l'organisme portent en elles la culture des plantes, d'autres connaissent bien la chimie ou la physique, d'autres sont des agronomes exceptionnels et savent choisir les conditions favorables à leur développement. Elles connaissent le meilleur sol et ce qui ne leur convient pas. Certaines cellules connaissent la loi de la cristallisation. D'autres sont passées par la culture des

poissons, des oiseaux, des mammifères. Enfin, il existe des cellules qui sont passées par la culture des entités hautement évoluées et conscientes. Aujourd'hui, ces cellules forment le cerveau de l'homme. Certaines cellules jouent le rôle des plus grands médecins. Celui qui tombe malade et se confie à ces cellules peut guérir car celles-ci possèdent un laboratoire où elles préparent des médicaments capables de guérir toutes les maladies.

L'homme se définit par sa tête. Sans sa tête, le corps de l'homme ressemble à celui d'un animal. C'est par sa tête qu'il s'est séparé progressivement des autres créatures.

La structure du soleil et celle de la cellule sont semblables, analogues. Le soleil se compose de trois parties. L'une prépare l'énergie, la seconde l'accumule et la transforme, et la troisième l'envoie vers la terre. De même dans les cellules on trouve trois parties : une extérieure qui reçoit l'énergie solaire, une intermédiaire qui l'accumule, une troisième au centre qui la convertit en force vivante. Ces trois parties existent dans l'organisme sous une forme plus développée. On les distingue plus facilement dans le fœtus : l'enveloppe extérieure nommée ectoderme, la partie intermédiaire ou exoderme et la partie intérieure ou endoderme.

Les cellules qui cessent de servir deviennent nocives et dangereuses pour la santé des autres cellules, elles sont rejetées par le corps pour le bien de l'ensemble de l'organisme. Notre santé repose sur cette loi naturelle de prévention.

Les hommes d'aujourd'hui ignorent que la cellule possède une conscience et ne soupçonnent pas sa grande intelligence. Votre santé, vos possibilités et vos vertus dépendent notamment de vos cellules. C'est pourquoi chaque matin, envoyez-leur une bonne pensée. Dans les Écritures sacrées, il est dit : «Nous sommes le Temple où Dieu habite et tout ce qui est en nous est vivant.»

Depuis des milliers d'années, l'Esprit divin travaille sur nous, Il nous a donné un organisme avec des pieds, des mains, un cerveau, un cœur, etc. Si dans notre vie présente nous sommes incapables de contrôler notre organisme et ses énergies, celles du cerveau, du cœur, des artères et des toutes petites cellules qui en font partie, que pouvons-nous espérer? Vous vous levez chaque matin sans penser à votre corps. Faites donc une prière pour lui et envoyez une pensée lumineuse aux cellules qui composent votre estomac, votre cerveau et tous vos organes. Méditez sur le travail fourni par les entités vivantes qui les habitent, remerciez-les, envoyez-leur votre bénédiction comme le ferait un bon maître à l'égard de ses serviteurs. Donnez-leur des forces et elles vont se réjouir, parlez-leur, elles comprennent tout. Il existe une loi divine qui les dirige. Encouragez-les car ce sont des entités intelligentes et conscientes. Soyez conscient vous aussi, attentif envers elles et parlez-leur comme le ferait un bon patron.

Le cœur

Quand la terre a dévié de 23 degrés de sa trajectoire, le cœur aussi s'est déplacé de 23 degrés, c'est pourquoi il n'est pas au milieu de la poitrine mais un peu à gauche. Un jour, quand la terre reprendra sa position initiale, le cœur reviendra au milieu comme au temps de la création du premier homme.

La médecine contemporaine décrit le cœur comme une pompe qui par la contraction et la dilatation envoie le sang à travers le corps. C'est partiellement vrai, mais en réalité ce n'est pas lui seul qui fait circuler le sang. Il existe une force vivante à la base de l'arrivée du sang dans le cœur, elle vient comme un courant dans l'organisme et provoque la pulsation des cellules du cœur. Le

régulateur de cette force est situé dans le cerveau. Les cellules du cœur sont donc des êtres conscients. Par leur intelligence elles viennent en second, après les cellules du cerveau.

La contraction et la dilatation du cœur proviennent de l'électricité qui descend d'une région spécifique de l'univers. Le cerveau régularise les zones du cœur. Beaucoup d'hommes meurent prématurément car ils interrompent le courant électrique venant de l'extérieur. Comme les roues sont mises en mouvement par une force dynamique, de même le cœur est gouverné par une force cosmique venue de l'univers. Grâce à cette force, le cœur se contracte et se dilate, c'est-à-dire qu'en lui se produit un processus continuel de flux et de reflux. À chaque contraction il reçoit le sang, et à chaque dilatation il l'envoie dans tout le corps.

En réalité, le cœur en tant qu'organe physique ne possède pas de force pour la propulsion sanguine. La pulsation du cœur s'explique par l'électricité et le magnétisme cosmiques qui apportent la vie. Dès que l'harmonie entre ces forces est rompue, l'activité du cœur est perturbée.

Le sang est un conducteur de la vie humaine. Selon sa qualité et sa quantité, la vie augmente ou diminue. Le sang se compose essentiellement de deux éléments : le plasma liquide et les globules rouges et blancs. Il transporte les globules dans le corps et apporte à l'organisme l'oxygène nécessaire à la vie. Il emporte le gaz carbonique qui s'est formé car celui-ci est un poison. Le sang veineux le conduit à l'extérieur. Cette purification est un processus continu. Lorsque notre pensée n'est pas pure, le gaz carbonique augmente. Si notre pensée se purifie, l'oxygène augmente et le gaz carbonique diminue. Si notre cœur est pur et nos pensées justes, l'oxygène augmente et inversement. Il en est de même pour les actes. Si vous empoisonnez le plasma de votre sang par vos sentiments, par vos pensées et par vos actes, qui pourra vous aider? Peu à peu, vous commencerez à étouffer.

Le cœur est le pouls de tout le cosmos. Dans les mathématiques supérieures, il existe des calculs que nous ne connaissons pas encore. Il existe aussi certaines tables au moyen desquelles sont réalisés des calculs pour définir la pulsation du cœur de tous les êtres humains. Il n'y a pas deux personnes dont le cœur batte de façon semblable. Chez certaines, au bout de dix pulsations le cœur fait un petit intervalle. Chez d'autres c'est après la vingtième, ou après la trentième, ou encore après la centième pulsation et ainsi de suite. Savez-vous pourquoi ce court espace de temps existe? Parce que le cœur est en relation avec d'autres mondes. Ainsi, le rythme de ces intervalles indique avec quel monde de la Voie lactée ou des constellations stellaires l'homme est en relation. Dans ces courts moments, ces autres mondes communiquent à l'âme humaine différentes vertus.

En ce qui concerne le battement du cœur, on remarque que dans les douze premières heures de la journée, le cœur bat plus vite, il est dans une phase ascendante. Dans les douze heures suivantes, il bat plus lentement et se trouve dans une phase descendante. La même chose s'observe pour les mois et les années. Durant les 14 premiers jours après la nouvelle lune, le cœur est en phase ascendante et les 14 jours suivants, il est en phase descendante. Durant la première partie de l'année, à partir de la date anniversaire, il est en phase ascendante et dans la seconde moitié, il est en phase descendante. Il est important pour l'homme de savoir quand son cœur est en phase ascendante ou descendante.

Si l'homme vit bien, conformément à la loi de l'amour, son pouls est normal. S'il transgresse cette loi, son pouls se modifie. Chaque état négatif par lequel l'homme passe, que ce soit le doute, le découragement ou l'incrédulité, se reflète sur son pouls. Comme il ignore cette loi, l'homme est l'artisan de son propre malheur. Avec ses pensées et ses sentiments négatifs, l'homme modifie le rythme du pouls cosmique porteur de la bénédiction divine.

Votre pouls n'est pas normal quand vous consommez une nourriture indigeste ou quand vous êtes dans une situation difficile. Actuellement les systèmes cérébral et digestif ne sont pas en bon état. Il en sera ainsi jusqu'au rétablissement de bons rapports entre le cerveau, les poumons et l'estomac. Alors le pouls se régularisera. Lorsqu'apparaît un sentiment dysharmonieux, par exemple la haine, votre pouls ne bat pas correctement.

De temps à autre, l'homme doit prendre son pouls pour s'assurer de la régularité de son rythme. Un pouls irrégulier montre la présence d'une perturbation ou d'une déformation dans ses sentiments.

La pensée juste ne perturbe jamais les nerfs. Ne mélangez pas les fonctions du cœur avec celles du cerveau. L'objectif du cœur est d'envoyer le sang impur vers les poumons afin qu'il soit purifié et que de là, le sang artériel soit envoyé dans tout le corps. Le cœur ne purifie pas seulement le sang mais aussi les sentiments.

L'homme possède trois cœurs : l'un d'eux se trouve au-dessus du sternum, le second entre les poumons et le troisième à l'arrière de la tête. Lorsque ses trois cœurs fonctionnent régulièrement et que le cœur principal effectue comme il faut son travail, l'homme est dans un état normal.

Le système digestif

Celui qui a un système digestif sain et en bon état est en bonne disposition, joyeux, plein de vie. Si vous rencontrez quelqu'un dont le visage est desséché, de couleur jaune, pas bien disposé au travail, il faut savoir que son système digestif est en mauvais état; il ne peut pas travailler, son point de vue est pessimiste sur tout, il manque de foi dans la vie. Afin de ne pas tomber dans une telle situation, gardez votre système digestif en bon état. Le bien-être de l'homme sur le plan physique dépend de lui. Il est le premier degré de la vie.

Le cerveau et l'estomac sont les deux pôles de la vie. Si vous avez mal à la tête, il faut savoir que votre estomac est en désordre. Si vous avez mal à l'estomac, il faut savoir que votre tête ne va pas bien.

Lorsque vos pores sont bien ouverts, l'estomac fonctionne correctement. Les pores représentent des canaux par lesquels les énergies de la Nature s'infiltrent dans l'organisme. Un système digestif sain, normal assure un bon fonctionnement cérébral et, par là, un système respiratoire en bon état.

L'enfer, symboliquement parlant, se trouve dans les intestins. C'est pourquoi lorsque l'homme doit se soigner, la première chose à faire est de nettoyer son estomac et ses intestins.

Plus l'estomac travaille, moins le cerveau fonctionne et inversement.

Pendant la digestion, il n'est pas suffisant de former des sucs gastriques mais il est indispensable d'assurer une oxygénation qui donne au sang une couleur rouge et pure. Le sang pur contient tous les éléments vitaux ainsi que l'énergie cinétique et l'énergie potentielle qui sont à l'origine de la formation de la pensée. Pendant la circulation du sang, qui n'est pas seulement un processus physique mais aussi spirituel, s'effectue un courant contraire qui nourrit les corps subtils. Par le processus physique nous comprenons seulement ce qui est visible et expérimental, mais il est des choses que l'on ne peut pas voir ni soumettre à des méthodes traditionnelles.

Quand la digestion est défectueuse, dans un premier temps des dépôts se forment dans l'organisme en produisant un certain sérum dans lequel se multiplient les bacilles. Dans un deuxième temps les selles sont envahies de microbes qui provoquent des inflammations.

Le foie

Le foie est un organe capital dans le fonctionnement du corps humain. Si le foie arrête de fonctionner, l'homme meurt. Dans les conditions actuelles, le foie décide de tout. S'il est dérangé, l'homme devient mal disposé, sombre, acariâtre, pessimiste, il n'est pas attentif en parlant, il développe la haine, prend mal les situations, se vexe et est capable d'aller jusqu'à l'assassinat. Tous ces effets négatifs proviennent du foie.

Si le foie de quelqu'un est déréglé, dans son intellect passent des pensées négatives et désagréables. Le dérangement du foie développe la cruauté, il est relié à des sentiments inférieurs. Sachant cela, ayez une attitude sacrée envers la vie et la santé que Dieu vous a données.

L'homme vit avec ses quatre corps : physique, astral, mental et causal. Chaque corps, composé d'une matière spécifique, accomplit un travail particulier et chaque organe physique est relié à un organe du monde astral qui est le monde des émotions. Ce dernier régularise les sentiments inférieurs, absorbe les toxines de l'organisme et les transforme. S'il est dérangé, les toxines se propagent dans tout l'organisme et l'homme meurt. Un lien très étroit existe entre le foie et la vésicule biliaire. Si ce lien s'interrompt, la vie se trouve en danger car le foie est lié à des entités du monde astral inférieur qui commencent à influencer l'homme et à lui chuchoter des pensées pessimistes qui le poussent vers l'autodestruction ou le suicide. Ces entités sont puissantes mais inorganisées. Elles ne comprennent pas la vie et sont prêtes à tuer tout ce qui se trouve sur leur chemin. Quand votre état d'esprit est tourmenté, il faut savoir que vous êtes tombé dans la région de la matière non organisée. Les saints possèdent un excellent foie et donc une bonne organisation de leurs sentiments supérieurs. Un foie bien organisé est le meilleur serviteur du cœur.

Le dérangement du foie provoque diverses maladies, par exemple la neurasthénie. Celui qui n'est pas prêt à rendre service aux autres n'est pas en communion avec Dieu, il est malade du foie. Quand tu es en colère, tourne-toi vers Dieu en le priant de te donner plus de connaissance et de lumière pour régler les problèmes de ton foie. Si tu ne supportes pas les autres, si tes affaires ne marchent pas bien, si tu n'es pas capable d'étudier, le coupable est toujours ton foie. Son mauvais état se reflète sur les capacités mentales, sur les sentiments ainsi que sur les capacités spirituelles. Les sentiments inférieurs dévastent le foie comme les termites qui saccagent tout. Celui qui est arrivé à mettre de l'ordre dans ses sentiments et ses pensées a organisé son foie. Il est prêt à se réconcilier avec tout le monde. Vous voyez l'importance du foie! Il a même un rapport avec la foi. Croire en Dieu signifie avoir le foie bien organisé et avoir aussi l'intelligence, le cœur et l'âme bien organisés. Sous le terme «foi en Dieu» on comprend un état divin dans lequel on se sent capable d'accomplir de grandes œuvres, tout ce que l'on désire. La foi est cette force par laquelle tout est possible, elle est indispensable pour l'organisation du foie.

Le bon ou mauvais état du foie se reflète dans les sentiments et inversement les sentiments influencent l'état de santé du foie.

L'injure que vous vivez comme un sentiment amer, difficile à surmonter, influence aussi le foie. Si vous voyez apparaître sur le visage de quelqu'un la couleur jaune ou un excès de rouge, cherchez-en la cause dans le foie.

Si le foie est malade, la guérison est très difficile. Chez l'homme le foie est lié au cervelet.

Le foie est un organe indispensable mais quand il est trop gros de grands malheurs arrivent. S'il devient trop petit ce n'est pas bon non plus. Le foie doit fonctionner pour former la bile.

Les cheveux

Les cheveux servent à régulariser les énergies dans l'organisme humain. Chaque cheveu est le centre d'une force dynamique qui aide à la diffusion du sang sur la surface du corps. Les cheveux sont aussi indispensables à l'homme que les plantes à la terre.

Les cheveux ne sont rien d'autre que des antennes données à l'homme par la Nature, au moyen desquelles il communique non seulement avec les endroits les plus éloignés de la terre, mais aussi avec les autres planètes. Cela veut dire que les cheveux sont capables de percevoir les vibrations du Soleil, de la Lune, de Mars, de Vénus, de Jupiter et de communiquer avec eux.

Cependant les cheveux ne sont pas tous capables de capter les vibrations d'une manière égale. De même que les yeux ne reçoivent pas pareillement la lumière, l'un recevant plus que l'autre, de même les doigts de la main n'ont pas une capacité de réception identique. Le corps est un ensemble d'antennes multiples. Dans ce sens il représente un centre pourvu de nombreuses antennes par lesquelles entrent et sortent d'innombrables pensées, sentiments et désirs.

On sait que les plantes et les arbres retiennent l'humidité du sol. Elles sont des pompes qui puisent l'humidité pour l'amener vers la surface de la terre. Les cheveux ont une fonction semblable pour l'organisme humain, ils régularisent l'humidité dans le corps.

Rien que sur la tête, vous avez 250 000 cheveux, comme une belle parure. Certains sont implantés sur le centre de la foi, d'autres sur le centre de la conscience, de l'équité, de la moralité ou de la miséricorde, etc. Ces cheveux-là accomplissent un travail grandiose. Penser signifie recevoir. Ne croyez pas que l'on puisse créer des pensées par soi-même. La pensée - je vous parle de la pensée harmonieuse - vous devez l'attirer des entités d'un niveau supérieur à vous. Pour avoir des sentiments nobles, il faut aussi les faire venir des entités supérieures.

Les cheveux ne sont pas tous faits de manière identique. Même de très peu, chaque cheveu se différencie des autres par sa couleur, son épaisseur et sa qualité.

Vous n'êtes pas les seuls propriétaires de vos cheveux, ils appartiennent aux générations précédentes. Vous avez donc à votre disposition les radiorécepteurs de vos ancêtres! La tête est une radio, les cheveux sont des antennes et lorsque la radio est bien réglée, il n'y a pas de bruits parasites, les pensées sont transmises clairement.

Chaque cheveu est une antenne, chaque cheveu est conducteur de la lumière. Vous ne soupçonnez pas quels sont les rapports des cheveux avec les forces extérieures de la Nature. C'est pourquoi on doit les soigner et bien les entretenir. Pour stimuler leurs capacités, passez souvent vos mains dans vos cheveux. Quand vous êtes mal disposé, énervé, irrité, je vous recommande de mouiller un peu vos cheveux et de les arranger avec vos doigts ou un peigne.

Il est préférable que les femmes portent les cheveux longs.

Si vous êtes devenu trop faible, mou et sans volonté, il est bien de raser vos cheveux comme un soldat. En revanche celui qui est brutal, violent doit laisser pousser ses cheveux.

Il faut toujours maintenir ses cheveux bien coiffés. Je recommande aux gens nerveux d'ébouriffer un peu chaque soir leurs cheveux, de passer ensuite plusieurs fois leurs doigts dedans et de bien les peigner au matin.

Les sens

Le premier homme a été créé à l'image et à la ressemblance de Dieu. Il disposait de 12 sens. Dans le processus d'involution, il a successivement perdu certains sens et aujourd'hui il ne dispose plus que de cinq d'entre eux. C'est pourquoi son savoir et ses possibilités actuels, comparés à ceux du passé, se situent dans un rapport de 5/12.

D'abord est apparu le toucher, puis le goût, l'odorat, l'ouïe et à la fin, la vue. Les cinq sens correspondent aux cinq cultures. Ils résument l'histoire de l'esprit humain jusqu'à nos jours. Dans l'avenir l'homme doit développer encore d'autres sens. Ses oreilles et ses yeux se modifieront et recevront une forme plus parfaite. D'ici trois mille ans, on trouvera une énorme différence entre la future humanité et celle de notre temps et, aux yeux de nos successeurs, les humains d'aujourd'hui apparaîtront comme des sauvages.

L'œil est apparu en dernier. Il est d'origine supérieure. Tous les adeptes, les clairvoyants et les maîtres de l'humanité lisent et s'instruisent d'après l'œil.

La matière dont les yeux ont été créés provient d'ailleurs, sur la terre elle n'est qu'une projection. Un organe mutilé, par exemple les yeux, ne peut être réparé véritablement car ses parties subtiles ne sont pas ici sur terre.

Les forces qui expriment l'intelligence humaine et sa sagesse ont créé le nez et les oreilles. Les forces et les énergies par lesquelles s'exprime l'amour ont créé la bouche. La vérité a créé les yeux, les sourcils et les cils. La sagesse a créé le front. D'après moi, beau est celui qui a ses yeux, ses oreilles et sa bouche en bonne santé. Les yeux sont liés au cerveau, les oreilles au cœur et au système sympathique, la bouche à l'estomac et au foie. La construction du nez, sa largeur, sa grandeur dépendent de l'état des poumons et sa forme correspond à la forme des poumons.

Que représente le nez? C'est un centre des courants électrique et magnétique. Il est comme un sommet où se déposent des énergies de la Nature. Les mauvaises pensées agissent sur le nez et de là sur le système respiratoire. Si ce système ne fonctionne pas bien, le système digestif souffre. Le résultat est la destruction de l'harmonie entre les systèmes cérébral et sympathique.

Il est quelquefois bien de poser son doigt à la racine du nez entre les yeux pour se concentrer. Les distraits peuvent mettre le doigt à la pointe du nez pour mieux penser. Apprenez à vous concentrer, à rassembler vos pensées. Posez légèrement votre doigt entre les sourcils au début du nez ou sur sa pointe. Les mains représentent une force très puissante avec deux pôles; la main droite est la force positive (émissive), la main gauche est la force négative (réceptive).

Tous les états maladifs se reflètent dans les yeux. On peut y voir les croisements des lignes concentriques indiquant l'interruption des courants énergétiques.

L'œil est une forme divine, vivante, dans laquelle sont écrits la structure du cosmos, le système solaire et la composition de la vie. Il n'y a pas d'organe plus parfait que l'œil humain.

Le peu de lumière que vous recevez se transforme et illumine tout le corps et lorsque cette lumière se répand à l'extérieur, elle illumine le monde entier.

Ceux qui ont des yeux marrons ont besoin de chaleur, ils doivent laver leurs pieds chaque soir avec de l'eau chaude à la température de 35 à 41°. Ceux qui ont des yeux bleus ont besoin d'humidité et si les extrémités commencent à se refroidir, ils doivent boire 3 ou 4 tasses d'eau chaude. Ce sont des remèdes externes très faciles à utiliser. Pour les personnes aux yeux bleus et gris, il est recommandé la paix intérieure et le calme. Leur esprit doit toujours être occupé, non par des problèmes grandioses et difficiles à résoudre, mais par ce qui représente des conditions pour leur évolution. La Nature a teinté les yeux de différentes couleurs, bruns, bleus, noirs, gris, pour montrer ce qui manque à l'homme. Ceux aux yeux marrons sont pleins de tendresse et facilement épris. Ceux qui ont des yeux bleus passent pour idéalistes, ils préfèrent penser à des sujets élevés et leur tête est un peu dans les nuages. Les non-végétariens aux yeux bruns doivent manger davantage d'agneau. Ceux qui ont les yeux bleus doivent se nourrir davantage de poisson.

La sensibilité de nos doigts dépend de toutes petites papilles. Nos différentes expressions de délicatesse et de raffinement dépendent aussi d'elles. Il ne faut pas les blesser, les soumettre à des écarts de température excessifs.

Quatre doigts de la main sont liés avec les mondes des anges, des séraphins, des chérubins et des archanges. Le pouce, lui, est directement lié au monde divin. En sachant ceci, caressez souvent vos doigts pour vous lier aux forces qui les traversent afin d'établir un contact avec elles.

Ne cachez jamais votre pouce dans la main. Par ses doigts, l'homme entre en communication avec le monde spirituel dans lequel vivent des êtres intelligents toujours prêts à l'aider. C'est un malheur si un de vos doigts est endommagé, surtout le pouce. La main humaine est très belle. L'évolution du cerveau et du cœur dépend d'elle.

Le pouce est lié au visage, il représente le divin en l'homme. L'index c'est la noblesse, la bienveillance, l'honneur. Le majeur voit tout en bien ou en mal, c'est le doigt de la justice, de la logique, mais il est sévère. La beauté et la distinction sont représentées par l'annulaire, c'est le doigt du soleil. Le petit doigt, l'auriculaire, est celui de l'application des comptes et des rapports avec les autres.

Votre bien-être c'est votre pouce. Il représente le divin et il doit toujours dominer les autres doigts, ne le cachez pas!

Si l'intelligence, le cœur et la volonté agissent convenablement, à ce moment-là le pouce bouge avec facilité. Si l'intelligence fonctionne bien, le pouce de la main droite aussi. Si le cœur agit bien, le pouce de la main gauche se meut comme il faut. Si les deux pouces se meuvent bien, la volonté est bonne. Si une personne est mentalement malade, cela se reflète sur ses pouces et ses autres doigts.

Les corps subtils

L'Esprit divin, vierge, descend comme une vague qui roule à travers sept champs, sept mondes. Pendant la période de Saturne il est arrivé jusqu'au monde mental et a formé le corps mental de l'homme. Dans la deuxième période, la période solaire, l'esprit est descendu dans le monde astral et il a formé le corps des désirs ou corps astral. Dans la troisième période, lunaire, l'esprit est descendu dans le domaine éthérique et il a formé l'enveloppe éthérique du corps. Dans la quatrième période, la période terrestre, l'esprit est arrivé dans le plan inférieur du monde physique et là, il a formé le corps physique.

Dans la première période, quand l'Esprit divin a travaillé et créé l'homme à l'image et à la ressemblance de Dieu, l'homme était sans souci. Dans la deuxième période il a commencé à chuter, dans la troisième période il est tombé dans la décadence et dans la quatrième, la période terrestre, la plus basse de son involution, il est arrivé au plus bas de sa chute. L'homme descend et pénètre dans la matière pour s'y vêtir d'enveloppes de plus en plus denses, puis il recommence son ascension et se manifeste dans des formes supérieures. Dans chaque période s'effectuent une descente et une ascension partielles comme dans un mouvement ondulatoire. Le mouvement final est ascendant.

Le corps le plus connu, le corps physique, se compose de trois enveloppes. La première est éthérique et dépasse le corps d'un ou deux centimètres. Les forces physiques passent par elle, ainsi que l'électricité et le magnétisme. De même que nous habillons notre corps de vêtements épais ou légers pour le préserver du froid ou de la chaleur, de même l'enveloppe éthérique est le vêtement de santé de notre corps qu'il préserve des agressions extérieures.

L'enveloppe éthérique est liée à la deuxième enveloppe, dite astrale, qui dirige les passions. Elle préserve l'homme, par exemple de la colère, de l'envie de se venger, etc. L'enveloppe astrale est liée au monde astral, subconscient.

Le jour où les hommes développeront leur sixième sens, ils verront que le corps physique est entouré d'une émanation éthérique. Tant qu'elle existe, l'homme est en bonne santé car c'est une protection qui régularise la chaleur de son organisme. Quelquefois sous l'influence d'une vie dissolue, cette enveloppe magnétique se déchire et alors les agressions extérieures pénètrent dans le corps et occasionnent de nombreuses maladies. Ce vêtement magnétique entoure l'estomac, les poumons, tous les organes intérieurs et spécialement les cellules.

Tant que l'homme est sur terre, il travaille essentiellement avec son corps physique qui est l'instrument le plus adapté pour la terre, mais aussi il pense, il ressent, il cherche les causes et les conséquences des choses. Avec quoi pense-t-il? Avec son corps mental. Avec quoi ressent-il? Avec son corps astral. Avec quoi cherche-t-il les causes et les conséquences? Avec son corps causal. De même que le corps physique n'est pas développé de manière identique chez tout le monde, de même les corps plus subtils n'ont pas un niveau égal de développement. Cela veut dire qu'un travail grandiose attend l'homme dont le but est de développer tous ses corps jusqu'à leur perfection.

Par ses sentiments, c'est-à-dire son corps astral, l'homme est lié au monde astral nommé aussi corps spirituel. Le monde astral est composé de deux parties, l'une inférieure, reliée aux sentiments inférieurs et l'autre supérieure, reliée aux sentiments supérieurs. La consistance du monde astral est liquide, semblable à l'eau. Les êtres qui vivent là sont comme des poissons dans l'eau.

L'homme doit respecter la loi hiérarchique dans les trois mondes. Dans le plan physique il doit savoir comment se nourrir, respirer, boire de l'eau et comment recevoir la lumière, c'est-à-dire avoir un corps physique bien constitué. Pour entrer dans le monde spirituel, son corps astral doit être bien organisé. De la même façon, pour avoir accès au monde mental, l'homme a besoin d'un corps mental bien établi. Celui qui a développé ses trois corps peut s'appeler un être sage, intelligent, conscient. Les corps astral et mental sont tout aussi importants que le corps physique.

Sur terre, l'homme vit aussi dans ses corps mental et causal qui sont liés à des mondes situés au-dessus des mondes physique et astral. Donc l'homme possède quatre véhicules : physique, astral, mental et causal. Étant donné que chaque corps est composé d'une matière particulière, il accomplit un travail spécifique. Chaque organe du corps physique est lié avec un des quatre mondes. Par

exemple le foie est lié au monde astral, c'est-à-dire au monde des sentiments ou monde des esprits, il régularise les sentiments inférieurs chez l'homme, absorbe les poisons de l'organisme et les transforme. S'il est déréglé, les toxines se répandent partout et l'homme meurt.

Comme le corps physique, les corps subtils, astral, mental et causal possèdent chacun leur anatomie et leur physiologie, semblables, analogues à celles du corps physique.

Durant la vie humaine, après chaque période de sept ans commence une nouvelle phase liée au développement d'un nouveau corps. Ces corps sont au nombre de sept. Chez les hommes hautement spirituels se constituent encore trois autres corps puis deux autres s'établissent chez les hommes les plus évolués. Au total, l'homme peut développer 12 corps.

Dans la partie frontale du cerveau se trouve une sorte de réseau de fils blancs par lesquels se manifestent l'intelligence et la raison humaine. La conscience de soi est reliée à notre double, c'est-à-dire à notre corps éthérique qui est le médiateur avec les forces de la Nature. Le corps physique de l'homme vit grâce à son double. Si le rapport entre le double éthérique et le corps physique est normal, équilibré, harmonieux, l'homme sera toujours en bonne santé. Si ces deux corps ne sont pas liés comme il faut, apparaissent des états maladifs. Lorsque certains organes sont malades, cela signifie que l'harmonie entre le double éthérique et le corps physique est perturbée. Pour résoudre le problème, il est indispensable que la personne concernée dirige tout d'abord son attention vers le rétablissement de bons rapports entre son corps physique et son corps spirituel.

Lorsque vous effectuez un travail spirituel, un surplus d'énergie s'accumule qui peut provoquer certains états dangereux. L'homme spirituel devient trop sensible, tout l'atteint. Son double éthérique se prolonge davantage vers l'extérieur, son corps astral s'élargit et il commence à se plaindre de ne plus supporter la présence et les influences des autres.

Il faut comprendre la loi et savoir comment rentrer en soi-même. Quand vous aurez appris cette loi, vous ne permettrez plus à votre double éthérique de s'échapper à l'extérieur. Là où les influences sont bénéfiques, harmonieuses, vous pouvez vous élargir tant que vous voulez mais si vous restez dans des conditions de vie défavorables, il faut savoir rentrer en soi.

Quand son double le quitte, l'homme commence à mener une vie presque animale, il mange, il boit, il ne pense à rien. Sachant cela, soyez très vigilant, très prudent. Faites attention à ne pas vous faire peur les uns les autres, surtout pendant le sommeil, car à ce moment-là le double éthérique sort et s'en va dans l'espace. Quand l'homme dort, son double est relié au corps physique par la corde d'argent. Si quelqu'un est réveillé en sursaut, brusquement, son double n'a pas le temps de revenir dans son corps, il reste entremêlé dans l'espace avec d'autres doubles et s'il ne sait pas comment se dégager, l'homme risque de plonger dans la folie.

Selon la science ésotérique, chaque corps de l'homme représente une certaine constante, que ce soit le corps physique, le corps astral, le corps mental ou le corps causal. Chacun des quatre corps possède des énergies spécifiques. Vous devez connaître ces énergies pour pouvoir les transformer et les faire circuler d'un monde à l'autre.

Les corps matériels sont tridimensionnels mais pas les âmes. Le monde émotionnel, lui, possède quatre dimensions, le monde mental cinq et le monde causal six. L'âme appartient au monde de la septième dimension. L'esprit est de la dixième dimension. Le monde au-dessus du nôtre est à notre monde ce que notre monde est au monde des animaux.

L’âme humaine possède un corps particulier lui permettant de s’élever après la mort. Ce corps est tellement plastique et si bien fait qu’il peut devenir petit ou grand. C’est ce corps qui construit le corps physique et tous les autres corps subtils, au nombre de sept, mais qui d’après moi sont au nombre de douze. Ce dont je vous parle aujourd’hui sera vérifié et prouvé dans l’avenir comme une réalité indiscutable.

Le corps physique nous fournit la matière brute et sert de charpente au corps spirituel par lequel nous nous matérialisons et dématérialisons lors de nos passages dans le monde des esprits. Si l’âme n’a pas réussi à bâtir un corps spirituel dans le corps physique, après la mort elle reste comme une petite orpheline, pauvre, elle devient impuissante car elle ne sait plus d’où prendre ses forces.

Le corps humain est une prison dans laquelle l’âme demeure temporairement.

L’esprit, l’âme et l’intellect ne meurent pas, ce sont des principes immortels. Le corps physique est le résultat de l’intellect humain, c’est lui qui peut se constituer le corps qu’il désire.

Ne vous efforcez pas de vaincre la chair en vous. Le spirituel ne peut pas se développer sans la chair qui est une sorte de tuteur sur lequel on peut greffer une plante ou un arbre. La chair et l’esprit se livrent un combat jusqu’au moment où l’esprit, c’est-à-dire la greffe, prend sur le tuteur. Quand la greffe a bien pris et commence à se développer librement, la sève du tuteur se met à circuler vers le haut, vers la greffe, et en même temps la sève de la greffe commence à descendre vers le tuteur, ainsi la vie circule normalement. On peut dire qu’alors, le combat entre la chair et l’esprit a cessé. Cela s’appelle aussi transformation des énergies. Chaque être humain doit connaître cette loi et bien l’appliquer dans sa vie. Pour cela il faut prier.

Les énergies

Chaque énergie physique est une manifestation de Dieu.

L’énergie de notre vie physique, mentale et morale vient du soleil. Je ne parle pas du soleil physique, de ce disque que nous voyons mais d’un autre soleil, invisible, derrière le soleil physique, qui produit tous les résultats invisibles.

Quand l’énergie invisible descendant du soleil arrive sur la terre, le principe féminin la transforme en lumière. Le soleil, principe masculin, a émis cette énergie et la terre-mère a donné naissance à la lumière terrestre. De la même façon l’énergie émise par votre cerveau et votre tête est reçue par le plexus solaire, cerveau de l’estomac, où elle se transforme en vie qui commence à fonctionner et à se manifester.

Les êtres vivants sont des portes, des conducteurs d’énergies. C’est par l’homme, forme la plus évoluée sur terre, que passent les énergies les plus élevées.

Plus l’énergie contenue dans notre organisme est intense, plus elle est bénéfique et moins elle est intense, plus ses effets sont négatifs.

Beaucoup d’êtres vivant dans le monde physique se trouvent sur un plan d’évolution inférieur et, par conséquent, puisent leurs forces des êtres qui ont un niveau d’évolution supérieur. Si vous vous trouvez sur leur chemin, ils ne manqueront pas de puiser vos forces et vous vous sentirez affaiblis, épuisés. Pour remplacer cette énergie perdue, il faut vous lier au monde supérieur et de là, à votre tour puiser des énergies. Quoi que vous fassiez, il est impossible de vous libérer seul des influences du monde inférieur. C’est pourquoi si certaines entités puisent de vos forces, vous êtes amené à puiser à

une autre source d'énergie. Autrement dit, lorsqu'il est sur terre, l'homme perd continuellement des énergies. Il doit se brancher aux énergies solaires pour se ressourcer.

Dans notre corps se trouvent 700 à 800 millions de nerfs différents par lesquels on reçoit les énergies de la Nature. Savez-vous combien de millions d'êtres ont travaillé à l'élaboration de ces canaux?

L'énergie contenue dans chaque cellule humaine est si puissante qu'elle est en mesure de déplacer l'axe de la terre d'un mètre de son parcours. Quelle puissance l'homme représenterait si toutes ses cellules cohabitaient dans des rapports d'entente et d'harmonie! Aujourd'hui les hommes emploient leur force pour détruire plus que pour bâtir ou créer. La pensée pourrait produire des résultats extraordinaires, immenses, puissants si elle était employée seulement pour créer et édifier.

L'homme recueille des forces vitales de plusieurs sources : la nourriture, l'air, l'eau et la lumière mais il acquiert aussi des énergies de ses pensées, de ses émotions et de ses actes. Pour son développement, il peut puiser des énergies de la lumière s'il connaît ses lois, de la vie s'il la comprend, et de l'amour s'il aspire à lui. L'homme peut s'abreuver à ces trois sources qui lui donnent force, vie et santé.

L'organisme n'a besoin d'aucun surplus d'énergie, seulement de ce qui lui est nécessaire. Chaque excédent doit retourner vers la Nature.

L'homme représente un triangle équilatéral avec un centre commun vers lequel se dirigent toutes ses énergies. Autrement dit l'homme est une somme d'énergies convergeant vers un centre. Inversement, il est une somme d'énergies provenant d'une source commune et qui se diffusent dans différentes directions.

Que représente le corps physique? C'est un conducteur, c'est-à-dire une installation grandiose dans laquelle peuvent circuler les forces de la Nature. Par cette installation passent deux courants naturels : l'électricité positive et négative et le magnétisme positif et négatif. Pour le moment la circulation de ces courants dans notre corps physique est défectueuse, c'est-à-dire que certains possèdent plus d'électricité ou de magnétisme négatifs, d'autres plus d'électricité ou de magnétisme positifs.

Seules les énergies négatives sont créatrices. Si vous êtes clairvoyant, vous verrez la lumière apparaître seulement au pôle négatif. On dit qu'un homme est agréable quand il possède de l'énergie négative, c'est-à-dire du magnétisme, cet homme a quelque chose à donner et à recevoir des autres.

Le magnétisme et l'électricité - je ne parle pas ici des forces mécaniques - sont des forces qui découlent de Dieu. Quand ces deux courants descendent de Dieu, le magnétisme entre dans le cœur et l'électricité dans la tête. Grâce à eux, l'homme peut dépasser beaucoup d'obstacles qui encombrent la route de son évolution.

Le magnétisme est la force qui fait évoluer l'univers et favorise le développement de tous les êtres vivants. Le mouvement de la lune autour de la terre, de la terre autour du soleil, du soleil autour d'autres soleils, tout cela est dû à l'action du magnétisme qui entretient l'harmonie de la vie dans l'univers tout entier. Si le magnétisme se perd, la vie ne peut se manifester. L'homme qui perd son magnétisme devient mécontent, taciturne, tout lui paraît sombre. Celui qui en possède peu a tout le temps froid et doit rester au chaud. Grâce au magnétisme, l'homme devient attirant et chaleureux.

L’énergie magnétique vivante circule à travers la colonne vertébrale qui est un endroit des plus fragiles, soumis aux plus grands chocs.

Les énergies magnétiques se diffusent en ondes courbes, tournent en formant des spirales et produisent de la chaleur. Notre santé est basée en grande partie sur la circulation des forces magnétiques dans notre corps. Les énergies électriques se meuvent davantage en ligne droite. L’homme doit comprendre les lois pour parvenir à éliminer le surplus d’électricité et de magnétisme de son corps. L’électricité et le magnétisme sont des forces en action à l’extérieur de nous. Elles se polarisent mutuellement et si l’homme connaît les lois de leur mouvement, il peut les transformer consciemment.

Pour le moment l’énergie vitale qui circule dans la Nature - ainsi que dans tous ses éléments - et qui est appelée «prâna» par les Hindous ou bien électricité vivifiante, n’est pas encore découverte. Notre organisme conserve cette énergie grâce à l’oxygène et l’hydrogène qui en sont les porteurs, mais ne sont pas l’énergie elle-même.

Le prâna possède différents états, il peut être physique, astral ou mental. Sans lui la pensée ne pourrait pas se former, ni les émotions se manifester, ni la volonté agir. Le prâna est à la base de la création et de la manifestation des pensées, des sentiments et des actions humaines. Cela ne veut pas dire que les sentiments et les pensées de tout le monde soient identiques. Chaque homme, en accord avec son évolution, recevra ce dont il a besoin et exprimera ce dont il est capable.

Les Hindous possèdent une théorie scientifique sur l’origine et la formation du prâna dans l’organisme humain. L’homme capable de l’utiliser consciemment et de façon juste peut se guérir de toutes les maladies d’estomac, des poumons, des yeux, etc.

Au début du printemps, le prâna existe en plus grande quantité et l’organisme peut le capter davantage. En été, la chaleur est plus grande mais pas le prâna. Il existe certains indices au moyen desquels on peut reconnaître l’abondance de prâna dans la Nature.

Les montagnes sont des réservoirs dont les énergies vivifiantes aident chacun à transformer ses états négatifs.

Le prâna est indispensable pour l’organisme humain, de lui dépend la santé, c’est pourquoi nous recommandons des sorties et promenades très tôt le matin pour en recevoir une plus grande quantité. Après il faut transformer cette énergie captée et l’utiliser à bon escient car mal utilisée, elle peut aussi provoquer des dégâts.

Des êtres d’un monde supérieur descendent et transforment l’énergie mentale pour l’adapter aux intelligences humaines. Ne croyez pas que le cerveau ait besoin de la même énergie que l’estomac. Les énergies du foie et de l’estomac diffèrent de celles des poumons et du cerveau.

Pour qu’une idée noble, élevée puisse prendre forme dans le cerveau, il est exigé une énergie spécifique qui s’adresse à la partie supérieure du front. La partie inférieure n’est pas en mesure de saisir ce genre d’idées.

Donc l’homme doit comprendre les lois de la circulation de l’électricité et du magnétisme vital, nommé aussi prâna. Le capteur et l’émetteur principal du prâna est la mœlle épinière de la colonne vertébrale qui atteint d’abord le cervelet puis arrive dans le cerveau. S’il y a un blocage au niveau du

cervelet, son circuit vers le cerveau ne peut s'effectuer et cela provoque un dérangement dans l'organisme tout entier.

Les sentiments sont le pôle négatif et les pensées sont le pôle positif; le cerveau est positif et le système nerveux sympathique est négatif. Dans la partie gauche du corps, l'énergie descend vers la jambe et le pied gauche et remonte par le pied droit et la partie droite. Un courant électromagnétique se forme autour de chaque organe. Par exemple, de l'énergie positive passe par le sourcil droit et se déploie jusqu'au-dessous de l'œil droit où elle se transforme en énergie négative. De là elle monte au-dessus de l'œil gauche où elle devient à nouveau positive puis elle redescend au-dessous du même œil comme énergie négative. Dans ce mouvement, l'énergie forme en quelque sorte un circuit en forme de huit. Dans le point situé entre les sourcils, à la racine du nez, se trouve un centre qui régularise le courant autour des yeux.

Les énergies dans le cerveau se divisent en trois zones principales. La première est située derrière les oreilles où siègent les énergies inférieures que l'on peut comparer à l'enfer chez l'homme. La seconde englobe les énergies qui fonctionnent dans le champ du front, domaine de la vie humaine. La troisième zone, comparable au paradis de l'homme, est celle de la partie supérieure du cerveau où circulent des énergies de valeurs morales et spirituelles. Par conséquent lorsque l'homme contrarie ses qualités supérieures, les énergies de cette région descendent dans la zone située derrière les oreilles, c'est-à-dire l'enfer. Pour éviter cela, chacun doit ouvrir la voie à de bons sentiments et à de bonnes pensées, et ne pas les refouler.

Vous savez qu'en physique, l'énergie du pôle positif est transférée au pôle négatif. Connaissez-vous le chemin de l'énergie positive? Normalement elle sort de l'hémisphère droit du cerveau, circule en surface, passe en tournant sous l'hémisphère gauche, puis au-dessus, et revient sous l'hémisphère droit. Ici dans le pôle négatif se forme la lumière. Ainsi la pensée vient de l'hémisphère droit, passe par l'hémisphère gauche et il en résulte la production de lumière dans le mental.

Il existe un courant lunaire et un courant solaire. Le courant solaire vient de l'hémisphère droit du cerveau, pénètre dans l'hémisphère gauche et ressort au bas de la colonne vertébrale appelé coccyx. C'est le processus de l'intelligence primaire de l'homme. L'autre courant, lunaire, vient de la partie gauche et passe par la droite. Le même processus se produit par les narines au moment de la respiration.

Il existe un courant de l'intellect et un courant du cœur. Les deux se meuvent en un circuit en forme de huit.

L'énergie de la partie droite du cerveau passe dans la partie gauche, c'est pourquoi l'homme moderne pense seulement avec son hémisphère gauche. C'est aussi la cause de l'asymétrie dans le visage humain. Si l'on observe attentivement les deux parties du visage, la gauche et la droite ne sont jamais symétriques. Cette asymétrie s'observe dans les yeux, les oreilles, la bouche, les mains et dans tout le corps humain.

Si l'énergie s'accumule dans l'hémisphère droit et qu'elle manque dans l'hémisphère gauche, l'homme devient trop actif, nerveux, il ne peut pas rester en place. L'homme doit arriver à travailler avec les deux parties de son cerveau pour que ses énergies soient distribuées de manière équitable.

Les hommes contemporains ne respectent pas cette loi et, en conséquence, souffrent d'une autre insuffisance physiologique qui consiste en une distribution irrégulière du sang vers les organes du

corps. Dans l'organisme sain, le sang irrigue de manière égale toutes les parties du corps. De la même manière la pensée doit pénétrer toutes les cellules de l'organisme, c'est seulement ainsi que l'homme peut être en bonne santé.

Quand vous touchez la main d'un homme en bonne santé, vous remarquez qu'une face reste chaude et l'autre froide, de même qu'une moitié de la tête est chaude et l'autre froide. Chez l'homme malade, il n'en est pas ainsi. Les courants dans son corps deviennent tantôt chauds, tantôt froids, parce que l'équilibre des forces de son organisme est rompu. S'il rétablit l'équilibre intérieur de ces courants il retrouve sa santé.

Comme la terre, l'homme possède deux pôles, nord et sud, qui représentent ses réservoirs d'énergies. Votre intellect produit un courant froid et votre cœur un courant chaud. Ces deux courants forment un sorte de mouvement tourbillonnant qui apporte la vie même, il est la circulation intérieure de l'homme. La contradiction vient lorsque l'intellect produit un refroidissement plus grand que nécessaire et que le cœur développe un surplus de chaleur.

Plus l'homme est évolué, plus son émanation est lumineuse. Un tel homme possède du magnétisme qui agit sur l'intelligence et le cœur de ses proches. En sa présence, même les plus excités et les plus nerveux se calment. Le magnétisme est un courant qui s'écoule librement et indépendamment de la volonté, il ne doit pas être interrompu. Qui peut interrompre le courant magnétique chez une personne? Un homme méchant et vicieux.

Comment savoir si vous avez du magnétisme? Si vous êtes bien disposé, vous avez du magnétisme; mal disposé, énervé, vous le perdez. Le magnétisme donne une bonne disposition. Personne n'est plus magnétique que les enfants, c'est pourquoi ils vous attirent.

L'électricité dessèche l'homme, le fait maigrir et le rend délicat. Quelquefois ce dessèchement peut être si prononcé qu'il amène une fragilité des nerfs qui ne sont plus en mesure de résister aux conditions de leur environnement. L'humidité régularise l'action de l'électricité dans l'organisme. Par contre si le magnétisme prend le dessus, l'homme commence à trop grossir. Un tel homme peut ne pas manger beaucoup et prendre quand même du poids.

Lorsqu'un homme est prêt à se bagarrer avec tout le monde, cela montre que la partie droite de son cerveau est chargé d'un excès d'électricité. La mauvaise disposition, les états dépressifs, le pessimisme montrent que c'est l'hémisphère gauche du cerveau qui est chargé d'un excès d'électricité.

L'électricité agit dans la partie frontale du cerveau et le magnétisme dans la partie arrière. C'est ainsi que les forces de l'organisme s'équilibrent et que l'homme peut penser juste et se réjouir de sa bonne santé.

L'excès d'énergie provoque de nombreuses maladies. Lorsque l'homme gros devient malade, on doit introduire dans son organisme de l'électricité et, au contraire, du magnétisme dans l'organisme de l'homme trop maigre. Que les maigres fréquentent les gros pour provoquer de bons échanges entre eux!

Le système cérébro-spinal est une dynamo, un accumulateur d'électricité, et le système nerveux sympathique un accumulateur de magnétisme. Les neurasthéniques ressentent souvent des picotements sur les jambes et sur la colonne vertébrale, dus aux molécules d'électricité, ou même des pincements dus aux explosions de l'énergie électrique. Une prédominance d'électricité épuise

l'homme et le dessèche. Le système nerveux sympathique sert comme accumulateur de la force magnétique vivante qui vient du soleil. Dès que les forces magnétiques commencent à se rétablir chez les malades neurasthéniques, ils ressentent comme une chaleur agréable qui inonde leur corps. Dans un organisme normal, l'électricité et le magnétisme réunis forment une chaleur agréable, résultat d'un équilibre des forces.

Quand deux pensées harmonieuses se présentent, l'une d'entre elles est positive et reliée aux courants froids de la Nature, et l'autre est négative et reliée aux courants chauds de la Nature. Tant que l'homme se meut entre ces deux courants, il se sent bien, il est en bonne santé. À ce moment-là, dans un des hémisphères cérébraux se forment les courants froids et dans l'autre les courants magnétiques chauds. Par contre si la tête se réchauffe trop, ceci provoque un état maladif. Pour rétablir un bon état de santé, une scission est nécessaire afin de de créer à nouveau deux courants opposés dans les hémisphères du cerveau. Ainsi la circulation sanguine se normalise et l'homme retrouve son équilibre.

Un homme peut-il être en bonne santé s'il ne se lave jamais les pieds, les mains, la figure et le corps? Les pores doivent toujours être ouverts, jamais obstrués. Ils sont entourés d'une enveloppe magnétique protectrice. Un jour, quand les hommes auront développé leur sixième sens, ils verront autour de leur corps l'enveloppe fluidique qui régularise la chaleur de leur organisme. Tant qu'elle existe, l'homme est en bonne santé. Quelquefois, sous l'influence d'une vie désordonnée, cette enveloppe se déchire et donne l'entrée libre à des influences extérieures qui provoquent des maladies. Ce vêtement magnétique enveloppe l'estomac, les poumons et toutes les cellules.

L'homme respire aussi par ses pores mais d'une manière inconsciente. Par les pores, il reçoit le prâna de l'air qui renouvelle son organisme.

Chez l'homme en bonne santé existe un flux vibratoire continu de magnétisme et d'électricité. Lorsque ce flux est normal la transpiration s'évacue par les pores en rejetant toutes les toxines. Un tel homme est vertueux. Le corps des hommes vertueux est sain grâce à une purification continuelle de tout ce qui est nocif. Ce n'est pas l'eau qui le purifie, ce sont les vibrations produites par son corps qui le nettoient. Elles ne permettent aucune obstruction de ses pores. Seuls de tels hommes sont en bonne santé.

Deux courants circulent à travers l'organisme humain. L'un part du nombril vers le haut, prend forme dans la tête et se dirige vers le centre du soleil. L'autre part du nombril, descend vers le bas et se dirige vers le centre de la terre. Ce dernier englobe toutes les énergies inférieures accumulées par les pulsions inférieures et animales de l'homme. Un troisième courant de synthèse les relie et forme l'aura humaine. En approfondissant l'étude de la structure du corps, nous verrons que ces deux courants en incluent encore deux autres. Tous ces courants fusionnent entre eux. On les observe aussi dans les pensées et les sentiments humains.

Le sang circule non seulement au rythme du cœur mais aussi sous l'influence de l'électricité naturelle. Si le cœur est sous l'influence de l'électricité vivante, il bat à un rythme régulier en envoyant le sang dans tout le corps. Sans courant électrique, la circulation ne serait pas possible. Pourquoi? Parce que la résistance opposée par les artères et les veines au mouvement du sang est si grande que le cœur seul ne pourrait pas le propulser, il lui est absolument nécessaire de recevoir l'énergie de l'électricité naturelle.

Par conséquent si vous voulez avoir un bon cœur, il faut garder en bon état votre cerveau, où passent les courants électriques de la Nature, ainsi que votre plexus solaire où passent les courants magnétiques vitaux. Pour que votre cerveau reste en bon état, préservez-le des pensées contradictoires. Pour maintenir votre plexus solaire en bon état, ne permettez pas que des sentiments négatifs envahissent votre cœur.

C'est la lumière primordiale qui fait circuler le sang. La circulation sanguine possède un rythme, une impulsion qui provient de cette énergie, l'électricité universelle. L'électricité est une des formes de la lumière. La lumière est l'impulsion de cette Cause première du monde, elle remplit tout l'espace de l'univers.

Le cœur n'a pas seulement comme fonction la propulsion du sang dans le corps. Il est le pôle de l'énergie électrique qui se transmet vers toutes les cellules et leur donne la possibilité de participer à la vie organique intégrale.

Le foie et les poumons représentent deux transformateurs énergétiques. Les poumons transforment les énergies intellectuelles et dirigent l'énergie de la pensée vers le cerveau, le foie transforme les énergies émotionnelles et les dirige vers le système nerveux sympathique. Les sentiments ne peuvent pas se manifester sans le foie.

Des énergies spécifiques parviennent de chaque glande. Si l'homme n'est pas en mesure de créer en lui des énergies mentales ou spirituelles, cela montre que les organes correspondants ne sont pas développés. L'homme doit travailler sur lui pour arriver à dissocier les énergies et choisir les plus subtiles qui lui permettront d'accomplir un meilleur travail. Par exemple on sait que l'amour possède trois pôles reliés à trois centres différents : le centre de l'amour envers Dieu siège dans la partie supérieure de la tête, le centre de l'amour envers les proches se trouve au milieu, dans la partie frontale de la tête, enfin l'amour envers soi-même a son centre dans le cervelet. Ce dernier est le plus grossier à cause des forces égocentriques qu'il développe. Les hommes d'aujourd'hui vivent dans cet amour et par conséquent pensent essentiellement à eux-mêmes. Le centre de l'amour envers Dieu est le plus important. Les Bulgares ont beaucoup souffert parce que la glande qui est le centre de l'amour envers Dieu est en eux faiblement développée. Chez les Slaves, à l'exception des Bulgares, elle est davantage développée. Si les Slaves perdent cet amour pour Dieu, ils perdront tout car la puissance de l'homme réside dans le centre de l'amour envers Dieu.

Les mains sont comme une dynamo avec ses deux pôles où passent les deux courants d'une pile. Leur bonne circulation et la régularité du circuit dépendent de la position des mains. Si vous tenez vos mains d'une manière relâchée et molle, vous serez toujours faible. Si vous voulez entretenir un contact avec les forces lumineuses de la Nature, dynamisez bien vos mains. Si vous voulez établir un contact avec un courant terrestre, étendez vos mains et vos jambes et étirez les muscles de votre corps. En quelques secondes seulement, vous pouvez régulariser vos propres courants.

La paume de la main gauche est liée au côté négatif, elle transmet au corps des vibrations douces, magnétiques, alors que le dos de la main est positif, c'est-à-dire électrique. C'est le contraire pour la main droite. Cela signifie que l'homme possède deux sortes d'électricité et deux sortes de magnétisme qui sont diffusées les unes par la main gauche et les autres par la main droite.

Quelle que soit la position des mains, il y a toujours un flux d'énergie qui circule. Les énergies naturelles sont mieux utilisées quand vous joignez vos mains, mais pour éviter des blocages ne restez pas trop longtemps dans cette position. Le mieux est de toucher vos mains seulement avec le bout des

doigts. Lorsque l'homme croise ses mains et ses bras, cela montre qu'il veut s'isoler, qu'il est bloqué ou qu'il éprouve un certain trouble dans son âme.

La partie externe du bras est chargée d'électricité positive, c'est pourquoi elle est poilue. La partie interne est passive, elle accumule de l'électricité négative.

Ni l'argent, ni l'or, ni même la lumière n'émanent une énergie comparable à celle qui jaillit du bout des doigts de la main humaine. Chaque doigt est relié à un centre du cerveau, lui-même relié à un organe. Chaque organe est lié à des forces spécifiques, elles-mêmes en contact avec des régions et des mondes d'intelligence supérieure. Il suffit que l'homme soulève un seul de ses doigts pour établir un contact entre l'organe correspondant à ce doigt et le monde de l'Intelligence universelle d'où proviennent toutes les énergies.

Une très puissante énergie sort du pouce, les autres doigts assurent l'arrière-garde. Par chaque doigt doit passer toute l'énergie nécessaire à l'homme pour son développement. Cela signifie que par les doigts, il reçoit des énergies qui viennent d'un monde supérieur. Dans la Nature tout est défini et ordonné : chaque doigt, chaque main doit recevoir la quantité d'énergie prévue, ni plus ni moins, sinon l'homme sera obligé de payer l'excédent reçu de la Nature. Comment va-t-il rembourser? Par des maladies, des crises et des épreuves.

Le centre du cerveau renferme ce que l'on nomme «l'œil ailé de l'âme» ou «le soleil intérieur». Il fonctionne comme un transformateur. Si ce soleil ne brille pas, l'homme n'est bon à rien. Quand l'énergie extérieure pénètre dans le cerveau, c'est ce centre, «l'œil ailé de l'âme», qui la transfère à tout l'organisme. En plus de transformer l'énergie solaire, il possède encore d'autres capacités et propriétés dont dépendent la santé du corps et le bien-être émotionnel. En conclusion, on peut dire que cet œil est un transformateur de l'énergie divine. Il crée des conditions pour l'expression de l'être humain.

Je vous le dis, en tant que disciple, apprenez d'abord à contrôler votre cerveau. Quand vous recevez des énergies de la Nature, transférez-les vers le plexus solaire, le cœur, la gorge, le front, vers la partie postérieure de la tête, vers sa partie supérieure et après faites-les circuler autour de votre corps. Ainsi vous commencerez à faire des douches magnétiques jusqu'à former une aura lumineuse et magnétique enveloppant votre corps, et dès ce moment-là vous vous sentirez libre.

Si l'on mange trop, une grande partie de l'énergie cérébrale part vers l'estomac et diminue l'activité du cerveau. Le cerveau est un accumulateur d'électricité et de magnétisme, aussi à peine a-t-il réussi à amasser quelque peu de ces énergies qu'elles sont absorbées par l'estomac chargé de nourriture. Cela veut dire que le cerveau a travaillé uniquement pour l'estomac. C'est pourquoi chacun doit savoir quand, combien et quoi manger.

L'homme doit étudier ses états d'âme ainsi que les énergies de son cerveau pour pouvoir les transformer. S'il est en colère, fâché ou mal disposé, il doit savoir que cet état de colère est dû à l'énergie accumulée autour de ses oreilles, vers la partie arrière de la tête. Il doit savoir comment distribuer et transformer cette énergie pour éviter des explosions destructrices. Cette énergie peut être mise au travail et être utilisée consciemment.

La colère est une énergie mal dirigée et mal utilisée. Après une colère, chacun éprouve un affaiblissement, une démagnétisation. La colère, la mélancolie, la mauvaise disposition sont des

excédents d'énergie qu'il est possible de transformer en prenant une bêche et en creusant la terre pendant 10 à 15 minutes.

Chaque tristesse, chaque difficulté provient d'un surplus d'énergie stagnante non utilisée. C'est pourquoi il faut vous décider à apprendre la loi de la transformation de l'énergie. Certains savent non seulement transformer leur propre énergie mais aussi celle de leurs proches et de la société. Transformer les énergies signifie les faire passer d'un niveau inférieur à un niveau supérieur.

Vous pouvez régulariser vous-même un excès d'électricité accumulée dans l'une ou l'autre partie du cerveau. Par exemple, si l'électricité est accumulée dans l'hémisphère droit du cerveau, ne touchez pas votre tête avec la main droite - ce qui renforcerait cet état - mais passez votre main gauche sur la partie droite de la tête. Au contraire si vous avez un excès d'énergie dans la partie gauche de votre tête, caressez-la avec votre main droite, de cette façon vous constatez une accalmie et un changement de votre état.

C'est pourquoi en été, lorsque le soleil cogne sur votre tête, caressez vos cheveux avec les deux mains. Par vos deux mains vous pouvez enlever l'électricité qui s'accumule dans le cerveau et éviter un coup de soleil.

Étant donné que le cerveau est relié à toutes les parties et à tous les organes du corps, la polarisation de ses centres se reflète immédiatement sur les organes correspondants. De cette manière ceux-ci prennent part à l'accumulation d'énergie. Sachant cela, vous devez chercher des moyens pour transférer les excès d'énergie d'un centre à l'autre dans l'organisme.

Quand un excès d'énergie s'accumule dans le centre situé derrière les oreilles, l'homme commence à s'irriter, il est prêt à se battre contre tout le monde. S'il peut transformer cette énergie qui est une sorte d'énergie électrique particulière, s'il la met au travail, il se libérera facilement de sa colère. Trouvez les moyens de maîtriser le surplus d'énergie accumulée derrière vos oreilles, par exemple en allant couper du bois ou bêcher la terre. Si vous n'avez pas cette possibilité, touchez légèrement la pointe de votre nez quatre à cinq fois. Ce qui compte, c'est de trouver un moyen de transformer votre colère en travail.

Le péché est dû aux sentiments trop personnels nourris par une énergie cosmique spécifique capable de provoquer des explosions si elle n'est pas transformée et répartie entre tous les centres du cerveau. À proximité du centre des sentiments personnels se trouve le centre de la mauvaise conscience par lequel ils doivent obligatoirement passer. Il vous est demandé d'apprendre les lois de la transformation des énergies et de les diriger d'un centre cérébral à un autre. Il faut travailler comme la Nature, pour chaque chose il y a un temps précis. Lorsque l'homme comprend la vie, il respecte toutes les règles et les lois de la Nature vivante.

Vous êtes un point focal par lequel passent aussi bien les énergies solaires que les énergies terrestres. Le matin jusqu'à midi, vous êtes traversé par l'énergie solaire qui se dirige vers le centre de la terre. Après midi, le mouvement s'inverse, les énergies telluriques du centre de la terre passent à travers les pieds et se dirigent vers le soleil. Donc si vous faites certains mouvements le matin ou le soir, les résultats seront différents. Certaines personnes sont mal disposées dans l'après-midi parce qu'elles sont alors traversées par les courants de la terre.

Il faut savoir polariser et concentrer les forces de la Nature. Ne les arrêtez pas car vous risquez, en les refoulant, de provoquer en vous de grandes perturbations. Renvoyez ces forces vers le haut.

Chaque homme puise de l’énergie du monde spirituel. S’il n’en est pas ainsi, il ne peut pas vivre dans le monde physique où on lui soutire de l’énergie et où il est soumis à une intoxication permanente.

Les différents éléments apportent différentes énergies à l’organisme. Par exemple l’or apporte une sorte d’énergie, l’argent une autre et le fer une troisième. On peut en conclure que les hommes se différencient conformément aux différentes catégories et quantités de matériaux et d’énergies qui les composent.

Selon moi, les vibrations de deux corps ne sont pas égales. Le corps qui a des vibrations plus fortes influence celui qui a des vibrations plus faibles. Si deux corps aux vibrations égales se rencontrent, ils s’harmonisent pleinement.

Les hommes sont liés entre eux par des liens invisibles qui exercent sur eux un rôle dont ils sont conscients ou non. Ils sont semblables à des «vases communicants». Comme les liquides transvasés, il leur est possible de réaliser des transferts d’énergie de l’un à l’autre.

De l’homme rayonne une telle énergie dynamique spécifique agissant sur ses proches qu’il peut, s’il est en bonne santé, guérir un homme malade seulement par la transmission de son énergie. L’homme en bonne santé transmet de l’énergie, l’homme malade reçoit de l’énergie.

L’aura de l’homme a une forme sphérique différemment colorée et de différentes épaisseurs selon chacun, en rapport avec son état mental. L’aura est-elle visible? Oui pour certains, pour d’autres non. Au milieu de l’aura existe un centre d’où s’écoulent des énergies, celles qui se trouvent au-dessus de ce centre sont liées aux capacités mentales et celles du dessous aux sentiments. Les énergies d’en haut sont des seigneurs, les autres des serviteurs.

L’aura de l’homme est une protection naturelle. De ce fait, personne n’a le droit d’entrer dans l’aura d’un autre sans sa permission. Il faut respecter une distance de 50 à 70 cm, car une trop grande proximité risque de créer une dysharmonie dans les rapports entre les personnes. La plus sensible commence à la ressentir, elle est perturbée et souffre.

Si deux amis se rapprochent, leurs corps astraux se lient et les énergies de l’un commencent à passer dans le corps de l’autre et réciproquement. Si l’un tombe malade, l’autre aussi. Si une femme aime son mari et qu’il meurt, elle part peu de temps après. C’est la même chose pour l’homme qui aime sa femme. Cela arrive quand les liens sont très forts.

Lorsqu’un maître parle à ses disciples regroupés autour de lui, très rapprochés les uns des autres, on ne peut pas dire qu’il se produit entre eux un échange négatif. Pourquoi? Parce que la pensée de tous est concentrée sur un sujet commun. Mais si deux personnes avec des pensées contradictoires s’approchent l’une de l’autre à moins de 50 cm, les auras s’interpénètrent et il se produit un échange négatif. Ne transgressez pas cette enceinte sacrée que la Nature a établie.

L’énergie dont dispose la Nature est définie de façon mathématique et exacte. Elle est distribuée avec justice entre tous les êtres vivants. L’énergie consommée et dépensée par chacun est exactement déterminée, qu’il s’agisse de celle fournie par la nourriture ou de celle créée par les pensées et les désirs.

Vous aimez un spiritualiste et vous voulez rester avec lui des heures entières pour vous baigner dans son aura. Cela représente un danger et même un délit. Il faut se baigner dans son aura juste le temps nécessaire et non des heures et des jours comme si on buvait sans s'arrêter.

Le rôle des animaux est d'accumuler du magnétisme. Tant qu'ils sont en bonne santé, les hommes sont aussi en bonne santé. Dès qu'ils tombent malades, les hommes deviennent aussi malades. C'est pourquoi il faut être amicalement disposé vis-à-vis des animaux afin de bénéficier de leurs forces magnétiques.

À cause de l'abattage des arbres et des animaux mammifères, les hommes rencontrent de grandes souffrances sans savoir comment s'en libérer. Ils ne soupçonnent pas que les animaux et les plantes représentent des réservoirs d'énergie vivante pour leur développement. L'énergie vitale des mammifères se disperse dans l'espace parce qu'on les tue. Non seulement les hommes ne sont pas capables de se lier directement avec les énergies naturelles mais ils se privent aussi de celles accumulées par les animaux.

L'homme commence à vieillir quand l'afflux des énergies diminue dans son organisme. Dans l'organisme d'un jeune, l'insufflation des énergies de la Nature est un processus perpétuel. Celui qui sait coordonner les flux et les reflux d'énergies de son corps avec ceux de la Nature peut rajeunir.

Comme l'homme est riche en énergie, il la dépense à tort et à travers. Il ignore que la Nature tient compte de chaque énergie qui lui a été donnée. C'est elle qui accorde des crédits à chacun, mais un jour l'homme devra payer pour les énergies mal employées ou perdues d'une manière inconsciente. L'énergie divine doit être employée de manière consciente.

Si quelqu'un mène une vie ordinaire et s'expose en plein soleil, tête nue à midi, il attrapera un coup de soleil car l'énergie divine qui vient du soleil et descend vers la terre modifie certaines vibrations et peut provoquer un échauffement du cerveau. Par contre si vous menez une vie consciente avec une disposition pleine d'amour pour tous les êtres vivants, vous serez capable de transformer cette énergie en «akasha». Ensuite vous ressentirez intérieurement une musique divine, grandiose, votre corps vibrera d'une manière sublime et vous aurez envie de donner cette énergie à tout le monde. Une telle manifestation sera possible seulement quand vous arriverez à la vie consciente.

Quand on est malade un certain temps, on perd une partie de son énergie vitale. Voilà ce que l'on peut faire dans de pareils cas : prendre le lobe de l'oreille entre deux doigts et le tirer légèrement vers le bas, puis masser la petite bosse osseuse qui se trouve derrière l'oreille. Observer les changements qui se produisent dans l'organisme. Faire ces essais non seulement quand on est malade mais aussi quand on est mal disposé intérieurement.

Que faire en cas de perturbation ou de mal-être? Prenez votre oreille avec les doigts de la main droite et commencez à méditer. Après une ou deux minutes vous constaterez que votre moral remonte, alors un meilleur échange se produira entre les énergies intellectuelles et les énergies émotionnelles. Chaque stagnation des énergies vitales dans notre organisme est due à une mauvaise circulation sanguine. C'est cette stagnation qui bloque l'activité de la pensée. Sachant cela, respectez votre oreille et votre nez comme des organes sacrés qui vous donnent des conditions pour une bonne réception et transmission des énergies.

Maladie et santé

Les maladies

Dans le monde divin les maladies n'existent pas. Elles sont une création de l'homme et non de Dieu. C'est l'homme qui crée ses propres maladies, non Dieu.

La loi est la suivante : lorsque le corps souffre, c'est pour le bien de l'âme.

Pour pouvoir supporter les vibrations du monde spirituel, les hommes doivent renforcer leur système nerveux. Aujourd'hui, toute la race blanche s'adapte petit à petit à la vie spirituelle. Les souffrances qu'elle traverse sont une préparation du monde invisible pour que les humains puissent établir le contact avec les entités du monde supérieur.

Les maladies témoignent de nos déviations par rapport à la grande Vie divine, c'est-à-dire à la pensée juste.

Actuellement, les maladies dont souffrent les humains sont de trois catégories principales :

– physiques, qui concernent le corps,

– émotionnelles, qui concernent les sentiments,

– mentales, qui concernent la pensée.

Les maladies du corps physique se soignent d'une manière, celles concernant les sentiments d'une autre et les maladies de la pensée d'une troisième manière. La médecine actuelle ne dispose d'aucune méthode qui guérisse définitivement les maladies.

Qui est un malade psychique? Celui qui est mécontent, celui qui doute, celui qui ne maîtrise pas son intelligence, son cœur, sa volonté.

L'homme malade souffre dans sa chair et c'est de cette façon qu'il étudie les lois de la vie. Chaque maladie montre que l'homme a transgressé une vertu. Le mal des yeux, de tête, de poitrine, d'estomac ou de tout autre organe montre une insuffisance quelque part. Si l'homme acquiert ce qui lui manque, la santé se rétablit.

La maladie est donc une conséquence. Aussi longtemps que les humains vivront dans des conditions ordinaires, ils ne feront qu'utiliser les acquis du passé.

Comment peut-on arriver à la perfection? Par les souffrances! Par elles, l'homme descend dans la matière dense pour s'instruire. S'il ne souffre pas, il n'a pas d'avenir. La souffrance est une matière brute qui demande à être transformée. Si l'homme la transforme, il grandit dans la joie. Dieu, notre Père, exige notre perfection. Dieu veut que nous allions à l'école pour apprendre et cela doit devenir notre désir.

La meilleure des choses sur la terre est la souffrance. Là où est Dieu, il y a des souffrances. S'il n'y a pas de souffrance, Dieu n'est pas présent. Les bienfaits de la vie viennent par la souffrance. Si quelque chose était possible sans elle, le Christ aurait commencé par sauver le monde sans souffrir. Grand est celui qui porte consciemment les souffrances mais nous, par notre incompréhension et notre ignorance, nous les provoquons. La moindre pensée impure, le moindre sentiment ou désir négatif entrave la pureté de notre vie.

Quand je parle du côté positif des maladies, cela ne veut pas dire que l'homme doit être malade. Les maladies ne sont pas seulement physiques, chaque indisposition, chaque souffrance, chaque tristesse sont déjà des états maladifs qui se reflètent sur l'organisme. En ce sens, les maladies sont visibles ou invisibles, physiques ou psychiques. L'important est de trouver par soi-même des méthodes qui aident à les surmonter consciemment. Quoique savant, l'homme est toujours mécontent et insatisfait, donc prédisposé à la maladie.

Quand nous aurons compris le sens profond de la souffrance, nous comprendrons que ce processus permet de former notre caractère. C'est une méthode dont se sert la Nature pour adoucir les sentiments bruts de l'homme. Lorsqu'il souffre quelque temps, l'homme lâche prise et commence à penser, à comprendre la situation des pauvres et des souffrants. Sans souffrance, la cruauté et la brutalité de l'homme ne peuvent s'adoucir.

Les souffrances sont des moyens par lesquels la Nature rejette les impuretés de l'organisme. Sachant cela, remerciez pour les souffrances qu'elle vous donne car sans elles, vous auriez pu vous empoisonner.

Dans la vie humaine on passe obligatoirement par certaines souffrances prévues par la Nature elle-même. Elles sont indispensables et semblables au poids dont on charge un bateau pour l'équilibrer et assurer son fonctionnement, son mouvement. De la même manière les souffrances sont des poids qui maintiennent l'équilibre des forces dans l'organisme humain. Par elles on gagne toujours. Celui qui ne souffre pas stagne, celui qui souffre grandit.

Établir l'ordre dans le monde est l'œuvre de Dieu, le travail de l'homme est de mettre de l'ordre dans son petit monde. Mais comment? Les souffrances lui apprennent la marche à suivre.

Quand Dieu veut que l'homme Le connaisse, Il lui envoie des souffrances.

Quel est le rôle des maladies? Quand un être vivant fait mauvais usage des forces reçues, la Nature lui envoie des maladies pour le limiter. En conséquence, la maladie n'est rien d'autre qu'une limitation temporaire de la liberté de l'homme ou des êtres vivants en général.

Aujourd'hui les hommes s'inquiètent pour tout, ils ne soupçonnent même pas que les maladies renferment un certain bien. C'est toujours un problème à résoudre. Celui qui a résolu convenablement le problème reçoit le bien caché dans la maladie. Si au lieu de cela l'homme se plaint, il se prive de ce bien. Plus il se plaint et rejette la maladie, plus il est attaqué par elle.

Par la maladie l'homme devient plus délicat, plus fin. Les malades de longue durée développent délicatesse, raffinement et noblesse. La nature des gens qui n'ont jamais été malades est plus brute, plus cruelle. Je ne parle pas ici des maladies psychiques car elles ont un autre caractère et ne rendent pas l'homme plus noble mais au contraire plus agressif.

La maladie est quelque chose de vivant. Quand elle atteint l'homme et trouve en lui une nourriture convenable, elle y reste. Sinon, elle part. En conséquence, enlevez toutes les conditions favorables aux maladies et vous vous libérerez d'elles.

Chaque difficulté introduit des déchets, des résidus, des matières inertes dans l'organisme qui doit trouver le moyen de les assimiler afin de ne pas se rendre malade. C'est pourquoi la Nature a accepté les maladies comme méthode de traitement. La maladie n'est pas une punition mais un stimulant, un moyen d'obliger l'homme à rejeter toute impureté de son corps.

Souvent la Providence envoie à quelqu'un une grande souffrance pour le sauver d'un malheur encore plus grand.

Si vous voulez guérir, vous devez aller jusqu'au fond de vos souffrances et passer par le feu pour vous purifier. Si vous ne pouvez pas acquérir une pureté absolue, vous ne trouverez pas ce que vous cherchez et sans souffrance la purification est impossible. Si vous êtes impur, vous passerez par la souffrance.

Après chaque maladie, chaque souffrance, l'homme acquiert une certaine expérience qui l'élève. Plus la maladie est grave, plus l'homme deviendra fort. Les maladies ont un rôle éducatif, elles renforcent l'organisme et prolongent la vie. On a remarqué que les gens qui ont été malades dans leur enfance ont renforcé leur organisme et sont devenus plus résistants.

Le rhume est comme le nettoyage pour Noël, la fièvre est comme le nettoyage pour Pâques. Ces deux nettoyages sont différents.

Lorsque les pensées, les sentiments et les actes de l'homme sont purs, celui-ci n'a pas peur, il ne s'inquiète pas, n'est pas tendu. Quelle que soit la maladie qui se présente, il reste inattaquable. Même s'il tombe malade, la maladie vient et passe, elle ne laisse pas de séquelles. Grâce à quoi? À la pureté de son sang. Pour faire face aux maladies et aux souffrances, pour surmonter facilement vos contradictions, purifiez vos pensées, vos sentiments et vos actes. C'est sur cela qu'est basée la pureté intérieure qui donne un sang pur. La santé, la force et le bien-être de l'homme proviennent de la pureté de son sang.

Par les maladies, vous payez vos dettes. Si vous basez votre vie sur le désir de servir Dieu, Il vous accorde un «crédit» et vous guérissez. L'homme habitué aux souffrances supporte plus facilement la maladie que celui qui n'a jamais été malade.

Le mal contient plus de force, le bien plus de douceur. La force est unie à la douceur. Si vous manipulez simultanément le bien et le mal, et si vous décidez de les séparer, vous allez vous créer une maladie incurable. Si on supprime les maladies de la vie des hommes, ils rencontreront un mal encore plus grand que du temps où ils en souffraient. Les maladies adoucissent les hommes, elles sont des méthodes pour régulariser le surplus d'énergie accumulé dans leur organisme.

Quand vous vous approchez des gens doux, vous ressentez un certain agrément car la douceur est un vêtement agréable qui les entoure. Cette enveloppe chaude et favorable crée chez les hommes doux une immunité contre toutes les maladies. La santé de l'homme dépend de sa douceur. Lorsqu'il la perd, il commence à se dessécher, à se solidifier et à devenir facilement vulnérable à la maladie. Partout où il dirige son regard il voit le mal, le mécontentement devient son compagnon.

La souffrance est un processus spirituel qui représente la chose la plus grandiose dans la vie et met en branle le plus grand mouvement des forces de l'organisme jusqu'à leur équilibre. Souvent les hommes éprouvent de grandes difficultés intérieures dues à l'obstruction des pores de leur corps, une grande souffrance est alors nécessaire pour les nettoyer. Les laver à l'eau et au savon les débloque seulement extérieurement, mais les canaux qui mènent à l'intérieur restent obstrués. Dans le corps humain, il existe environ sept millions de pores qui sont les principales soupapes de l'organisme humain. Quand tous les pores sont ouverts, l'homme est en parfaite santé. Cette ouverture se réalise par le lavement intérieur appelé transpiration.

Les micro-organismes en affinité avec l'homme viennent l'habiter. Ils deviennent alors ses associés et commencent à se nourrir de ses énergies. Sans s'en rendre compte, l'homme devient une victime et tombe malade.

On dit que Dieu vit en nous mais nous avons des rhumatismes, et le rhumatisme reste. On dit que Dieu vit en nous mais nous avons une tumeur, et cette tumeur reste. Dieu ne peut pas habiter dans un corps où il y a des ulcères ou d'autres maladies. Lorsque le corps devient absolument sain et libre de toute maladie, l'Esprit peut venir s'installer. Dans les conditions présentes, quand vous avez mal aux jambes ou mal à la tête, Dieu est loin de vous.

Que représente une maladie? La matière désorganisée, l'énergie désorganisée, la pensée désorganisée.

Les maladies sont vos baromètres. Grâce à elles, vous comprenez où vous en êtes, ce qu'il vous manque. Quand vous passez par la maladie, remerciez Dieu et priez pour qu'Il vous aide à comprendre ce qu'il vous manque. Jusqu'à présent les maladies représentaient la partie la plus négative de votre vie, mais le jour où vous trouvez le moyen d'y faire face, vous accédez au côté positif de la vie.

Avoir une fracture du pied est la conséquence d'une pensée négative ou d'une erreur. Il n'existe pas de loi qui juge la pensée mais l'homme est emprisonné par la douleur qu'il ressent. Le médecin lui donne des narcotiques afin de l'opérer et le malade ne sent pas la douleur mais après l'opération, la douleur revient avec le double d'intensité. La Nature est si intelligente que la punition qu'elle inflige à l'homme pour le corriger ne peut être évitée, c'est ainsi qu'elle rétablit l'harmonie. Quand je souffre je peux mieux comprendre qu'il existe une entité invisible qui me suggère : «Corrige ton erreur, sinon c'est moi qui m'en chargerai!»

Les états maladifs tels que les rhumes, les fièvres ne sont pas de vraies maladies mais des nettoyages de toutes les impuretés et des résidus accumulés. Par contre la tuberculose, le cancer sont de vraies maladies. Il existe aussi des maladies psychiques. Celui qui se culpabilise sans se corriger est déjà malade.

Une chose est exigée de l'homme : la pureté du sang. Le sang pur est en mesure de vaincre chaque maladie car il ne permet pas le développement des bacilles quels qu'ils soient. Les vibrations du sang pur sont si puissantes que toutes les bactéries sont rejetées.

Les maladies mais aussi la capacité de travail d'un homme dépendent des vibrations de son sang et de son cerveau.

La cause de toutes les maladies, de toutes les insuffisances et de toutes les infortunes dans la vie est de nature spirituelle et non physique. Si vous voulez être en bonne santé, n'acceptez dans votre intelligence, dans votre cœur aucune pensée ni aucun sentiment négatifs. Ces derniers sont des parasites et il ne faut pas les laisser se développer dans votre tête.

Si le malade doit s'abstenir de certaines choses, ce n'est pas de l'air mais plutôt de la nourriture. Il doit se nourrir moins mais mieux, avec une nourriture bien choisie. Sa maladie lui est donnée pour qu'il éduque son estomac. Donnez au malade une pomme cuite au four, quelques noix et un petit morceau de pain grillé. Le lendemain, à la place de la pomme donnez-lui une poire cuite.

Si vous avez un furoncle, sachez que le mal sort par lui. Chaque pensée négative, chaque sentiment, chaque acte négatif se manifeste en furoncle, en rhumatisme ou autres maladies. Par le

rhume et par la toux, l’homme nettoie ses poumons et tout son système respiratoire des dépôts intérieurs.

La fièvre nettoie en brûlant les déchets. Lorsqu’un organe devient malade, tout l’organisme souffre. L’équilibre est rétabli lorsque tous les organes sont sains et en bon état.

Les maladies arrivent dans le monde périodiquement. Plus il y a de crimes vis-à-vis de l’amour, plus les maladies et les anomalies augmentent dans la vie humaine. Dès que vous appliquez les lois de l’amour dans les familles, dans les sociétés, dans les peuples, tout de suite les maladies diminuent. Je ne parle pas de l’amour humain mais de l’Amour divin qui élève l’esprit humain et résout tous les problèmes.

La santé se rétablit par la pensée et s’entretient par les sentiments.

La santé

La santé de l’homme dépend de quatre choses : de la force de son esprit, de la bonté de son âme, de la lumière de son intellect et de la douceur de son cœur. L’acquisition de ces qualités nécessite des connaissances. Chacun possède un esprit, une âme, un cœur et un intellect, mais chacun n’a pas pu les développer pour jouir d’une bonne santé.

Que représente la santé? Le capital remis à la banque. Si chaque jour vous puisez dans ce capital sans le reconstituer, vous arriverez à la faillite. Mais si chaque jour vous lui apportez quelque chose, votre capital grandira, votre santé se renforcera. Si vous savez cela, ne vous demandez pas pourquoi après avoir été en bonne santé, tout à coup vous êtes malade. Plusieurs parmi vous dépensent leur «capital» sans rien déposer à la banque et sans s’apercevoir que, peu à peu, ils le dilapident.

Est véritablement en bonne santé l’homme sain physiquement, mentalement et émotionnellement.

La santé n’est pas seulement en rapport avec le monde physique mais avec le monde des sentiments et le monde mental. Elle est le résultat de l’activité des lois supérieures, c’est-à-dire des lois du monde de l’Intelligence divine. Être en bonne santé suppose être en harmonie avec la Cause première des choses, avec ses proches et avec soi-même.

La santé physique est basée exclusivement sur les vertus humaines. L’homme qui possède la vraie bonté n’est pas malade. Dès qu’il commence à douter d’elle, il commence à se rendre malade. Si le malade croit en la bonté, il guérira à coup sûr. Un homme qui commet des erreurs sort du domaine de la bonté, il ouvre lui-même la porte du mal et commence à se rendre malade. Après la maladie vient la mort.

Si durant toute sa vie, de la jeunesse jusqu’à la vieillesse, l’homme n’a admis aucune pensée négative dans son intellect, aucun mauvais sentiment dans son cœur et si avec sa volonté il n’a commis aucun acte nocif, nulle maladie ne peut l’atteindre. Beaucoup de micro-organismes peuvent le traverser mais leurs toxines n’auront pas de prise sur lui. Celui qui veut avoir une santé florissante doit absolument être lié à Dieu et laisser circuler librement l’afflux d’énergie divine en lui.

Vous ne pouvez pas être en bonne santé si vous n’avez pas de magnétisme. Lorsque quelqu’un se sent épuisé nerveusement, cela veut dire qu’il s’est laissé démagnétiser. Dans cet état, les pensées divines le traversent sans laisser de trace, il ne peut les retenir. Que deviendrait une plante si elle

n’absorbait et n’utilisait pas les gouttes de pluie? Vous pensez que l’homme est sur la terre pour y vivre? Non, il est ici pour passer des épreuves. Une fois les épreuves passées, on l’envoie ailleurs.

Quelqu’un peut avoir une bonne santé physique, avoir envie de bien manger, de bien boire mais ne pas avoir une bonne santé spirituelle, c’est-à-dire ne pas être disposé à accomplir quoi que ce soit de bien. L’homme se nourrit spirituellement quand il fait le bien et s’il n’a aucune envie de se lier au bien, il est spirituellement malade. Être spirituellement sain signifie avoir des sentiments stables et purs.

Lorsque l’organisme de l’homme ne contient aucun résidu ni déchet, il est en parfaite santé. L’homme dont l’organisme ne produit aucune putréfaction est véritablement en bonne santé.

Chacun peut acquérir une excellente santé, et même en une minute seulement, s’il se soumet à l’influence des courants spécifiques existant dans la Nature. Dans le soleil existent des rayons particuliers, des courants spéciaux capables de ressusciter l’homme, à condition qu’il connaisse comment et quand les capter pour en tirer profit.

La santé dépend de l’intelligence supérieure de l’homme. La paix, la santé, la puissance, les bons sentiments et toutes les forces qui existent dans l’homme proviennent de cette intelligence. Celui qui habite dans sa conscience supérieure est tranquille même sans argent dans sa poche, rien ne lui fait peur car il a concentré sa pensée sur le monde supérieur. Il ne se passe pas une demi-heure sans que l’aide arrive, le pain est là, la voiture aussi. Cet homme a la conscience et l’intelligence éveillées et n’abuse jamais des forces et des possibilités qui lui sont données.

La plus grande partie des humains croit que, quels que soient leur nourriture, leurs pensées et leurs sentiments, ils préserveront leur santé. Cela est impossible. La santé est basée sur les pensées et les sentiments purs, sur une nutrition saine et sur un mode de vie équilibré.

La figure d’un saint est illuminée, son teint n’est jamais jaune, ses yeux ne sont pas creux ni son visage émacié et pâle comme on le croit souvent. Ni le maigre ni le gros ne peuvent être des saints.

Lorsque l’homme pense, les forces de son cerveau se dirigent vers le système nerveux sympathique et arrivent dans le système cérébro-spinal. Quand ses énergies circulent comme il faut, l’homme est en bonne santé, ses pensées et ses sentiments sont en harmonie.

La santé est un processus intérieur. Si l’organisme n’est pas intérieurement sain, il ne peut pas utiliser les conditions extérieures, même les meilleures. Qu’y a-t-il d’indispensable à l’homme pour préserver sa santé? Tout d’abord définir son attitude envers Dieu, puis envers son âme, ensuite envers ses proches et s’il établit de bons rapports avec les trois, il aura une bonne santé.

La force et la santé ne proviennent pas de la nourriture extérieure. Dieu nourrit l’homme de l’intérieur et lui donne force et vie pour son travail, pour la résolution de ses problèmes. Celui qui mange trop doit payer cher.

La santé est le résultat d’un bon échange d’énergie à la fois dans l’organisme humain et entre toutes les âmes humaines. L’apparition d’une maladie montre une transgression de la loi des échanges.

Dans l’organisme en bonne santé, le sang est distribué de manière égale entre tous les organes. L’énergie qui sort du cerveau doit elle aussi être également répartie, ainsi la pensée pourra pénétrer toutes les cellules du corps.

Les bons rapports entre les particules de la matière qui composent l'organisme favorisent l'harmonie et l'équilibre de tous les organes qui, à leur tour, apportent l'harmonie dans les pensées, les sentiments et les actes.

Pour entretenir l'harmonie dans son organisme, l'homme doit nourrir son mental avec des pensées lumineuses, son cœur avec des sentiments purs, ses poumons avec de l'air pur et son estomac avec une bonne nourriture saine.

Celui qui veut être en bonne santé doit augmenter en lui la quantité d'amour et d'énergie. Celui qui veut être joyeux et plein de vie doit se lier davantage à l'énergie solaire. Si vous voulez prolonger votre vie, réjouissez-vous du soleil levant.

La loi de la pureté est une des principales lois de la création, l'état de la santé et l'hygiène de l'âme dépendent d'elle. Toutes les maladies infectieuses sont dues à l'impureté. De la même façon qu'il existe des microbes dans le plan physique, il existe des microbes dans les plans spirituel et intellectuel. Celui qui veut entretenir sa santé ne doit pas s'irriter et doit être pur, les microbes n'agissent pas sur un tel homme. Donc travaillez sur votre corps, libérez-le de toutes ses impuretés et de tous les surplus, des dépôts et des graisses. Si vous remarquez une accumulation de graisse dans certaines parties de votre corps, appliquez tout de suite un régime spartiate. Sans pureté, la santé est irréalisable. Tel est l'homme dans son corps, tel il est dans son âme. Tel il est dans son esprit, tel il est dans son corps. Certains pensent qu'un malade, un chétif peut aussi être génial, cela est impossible. Le génie possède une construction du corps spécifique et même s'il tombe malade, il surmonte aisément ses problèmes de santé.

Chez l'homme en bonne santé, chaque organe possède un son déterminé ainsi qu'une vibration particulière. Si l'action des organes est telle qu'ils vibrent et travaillent en accord, ils produisent des sons harmonieux et agréables. Le corps d'un homme en parfaite santé vibre musicalement, il fait de la musique. À chaque son musical correspond aussi une couleur précise.

À quoi reconnaît-on un homme en bonne santé? Au parfum très agréable qui se diffuse de son corps lorsqu'il est dans un état de bien-être physique. Si ses sentiments sont élevés, il se dégage un autre parfum et si ses pensées sont lumineuses un troisième. Donc du cœur, de l'intellect et du corps émanent trois parfums différents. Si l'un des trois manque, l'homme est malade quelque part.

On peut aussi reconnaître si quelqu'un est en bonne santé par son comportement. Il est agile, léger, prêt à travailler du matin au soir. Il ne se plaint de rien, il ne sait pas ce qu'est la maladie et il est toujours prêt à aider les autres. Dès qu'il lance un regard vers le ciel, soit le soir, soit pendant la journée, il se réjouit, il se sent heureux et il remercie pour tout. Celui qui ne peut pas se réjouir en regardant le ciel et qui ne remercie pas pour tout ce qui lui est donné, est malade.

Est véritablement en bonne santé celui qui a un regard clair, pur, ouvert, qui possède des conceptions et des points de vue justes, qui vibre par l'énergie même de la vie et qui éprouve de l'agrément malgré les difficultés de la vie.

Beaucoup me demandent pourquoi l'homme doit être bon. C'est simple : la bonté, la vertu sont les premières conditions de la santé humaine.

Celui qui est bienveillant et possède une forte volonté peut avoir une bonne santé. Son sang est pur, ses mains, ses bras, ses jambes, ses membres, sa colonne vertébrale sont sains. Le corps sain est le résultat d'une bonne volonté consciente.

Tout d'abord la santé dépend de la pensée et s'il connaît ses lois et les applique comme il faut, l'homme peut assurer son bien-être.

En général on devient pareil à ce à quoi on pense, alors pensez aux hommes en parfaite santé!

Lorsque du côté droit circulent des courants électriques froids et du côté gauche des courants chauds, l'homme est en bonne santé. La tête doit rester fraîche et les pieds chauds. Dans le cas contraire, il faut trouver la méthode pour remédier à cet état.

Plus il y a d'or dans le sang, plus l'homme est noble, résistant et en bonne santé.

Maintenez toujours votre nez dans de bonnes conditions. Préservez-le et respectez-le comme un organe sacré. L'homme est en bonne santé si le nez est en parfait état et, à cette condition, les yeux, les oreilles et la bouche le sont aussi. De là on peut améliorer les poumons, le cœur et l'estomac. Les problèmes au niveau du nez entraînent petit à petit une dégradation de l'organisme. Faites attention à bien préserver votre nez, il représente un magnifique «sommet de montagne» où se transforment les énergies de l'organisme humain. Celui qui ne connaît pas l'importance du nez ne peut pas apprécier à quel point il est un bienfait de la vie. Tant que votre nez restera en bon état, Dieu vous parlera par votre intellect et votre cœur. Remarquez que le nez occupe une place centrale au milieu du visage. Dieu se manifeste sur la terre de trois façons : par les pensées, les sentiments et les actes humains qui laissent des empreintes sur le nez. Faites attention à ne pas perdre la courbe de vos narines. C'est un malheur si les narines s'aplatissent, c'est un malheur de ne pas avoir de nez.

Le port de votre tête doit être toujours droit, ne regardez jamais en bas. La tête et la colonne vertébrale doivent être toujours perpendiculaires à la terre. Quand vous êtes debout, vous vous reliez aux énergies solaires et au côté positif de la vie. La tête doit toujours être placée de façon à relier le soleil et le centre de la terre afin de recevoir au mieux leurs vibrations conjuguées. Il faut savoir comment tenir sa tête par rapport au centre du soleil. Tenez votre tête verticalement par rapport au soleil et à la terre.

Pour ne pas tomber, pour ne pas vous tordre le pied ou vous cogner la tête, apprenez à bien marcher, à bien vous tenir, à bien vous asseoir. S'il vous arrive souvent des problèmes de cet ordre, cela veut dire que vous ne savez pas bien marcher, vos pieds n'adoptent pas la bonne position par rapport au centre de la terre et votre tête n'est pas dans un bon rapport avec le centre du soleil.

Sur le plan physique, l'homme doit préserver la chaleur normale de son organisme car sa santé en dépend. Sur le plan spirituel, il doit préserver sa flamme intérieure, ne jamais l'éteindre. On la nomme «feu sacré». Garder ce «feu sacré» allumé en permanence est fonction de la bonne circulation du sang, de la lumière des pensées, de la chaleur des sentiments et de la justesse des actes.

Les causes des maladies

Celui qui ignore la cause proche ou lointaine d'une quelconque maladie ne pourra pas la guérir. Quand l'homme donne une bonne direction à sa vie sans transgresser les lois de la Nature, il résout facilement ses problèmes. Chaque transgression ou déviation mène à une maladie. Cette transgression a pu se produire de nombreuses années auparavant mais les conséquences arrivent aujourd'hui. Celui qui trouve la cause de sa maladie peut facilement rétablir sa santé, sinon la maladie ne le quitte pas.

Les maladies sont dues à la transgression des lois divines, des lois de la Nature vivante. Celui qui n'est pas en accord avec ces lois accumule différents résidus dans son organisme.

La Nature aime ceux qui appliquent ses lois, elle leur donne une vie abondante et les fait grandir. Par contre celui qui ne les respecte pas est considéré comme étant indigne de ses bienfaits. Elle le prive de ses droits «civiques» dans son royaume. Cet homme-là est exposé à de nombreuses maladies et à de nombreux malheurs. Vous serez en mesure de vous soigner ou de vous guérir si vous êtes capable de corriger vos erreurs et de comprendre que vos transgressions ont créé vos maladies.

Comment expliquer que les maladies soient dues à des causes spirituelles? Tout d'abord les pensées et les sentiments destructeurs, négatifs s'accumulent dans les corps subtils : astral, mental, etc. Ensuite, par leurs vibrations, ils descendent dans le corps éthérique et de là dans le corps physique. Par ce processus ils atteignent les organes en affinité avec eux au niveau vibratoire. Ils peuvent attaquer les reins, le foie, le cœur, les poumons, etc., les déstabiliser et les rendre prédisposés à une maladie. À partir de là, si la moindre cause extérieure surgit, ces organes deviennent malades.

N'oubliez pas que la maladie est la conséquence d'une transgression commise ou d'un délit accompli dans votre passé ou dans votre présent. Les médecins, ne sachant pas cela, croient qu'ils sont en mesure de faire face aux maladies. Combien de temps cela va-t-il continuer ainsi? Jusqu'au moment où les hommes arriveront à comprendre qu'ils doivent chercher les causes des maladies en eux-mêmes et, après les avoir trouvées, savoir les écarter.

Vos maladies s'expliquent par deux raisons principales : ou vous n'aimez pas ou vous manquez d'amour.

La Nature envoie les maladies comme moyen de correction des transgressions. Pour les guérir, il faut que dans l'avenir les médecins sachent trouver leurs causes profondes.

Certains ont peur de la loi de l'hérédité mais cette loi est une bénédiction car, grâce à elle, on peut liquider une faute accomplie jusqu'à quatre générations auparavant. Une bonne pensée se transmet aussi aux multiples générations suivantes, cela veut dire que le bien est plus fort que le mal. Si pendant ce temps des fautes ne sont pas commises, des milliers d'années après, vous pouvez profiter d'un bienfait accompli par un ancêtre. Par contre, s'il se permet une grave transgression et ne la corrige pas de suite, le destin poursuivra ses descendants pendant quatre et même jusqu'à dix générations. Donc les maladies organiques cachent souvent leur origine dans le passé lointain de l'homme et de ses ancêtres.

Parfois le père est génial mais le fils pas du tout. Pour transmettre aux enfants leur génie, les pères sont plus faibles que les mères. Le génie se transmet par la ligne féminine, par la voie émotionnelle.

Les causes des maladies se trouvent dans le plan astral et les conséquences se manifestent dans le plan physique. C'est pour cela que les hommes se plaignent de maux de tête, de cœur, d'estomac, etc. Celui qui veut guérir doit tout d'abord trouver la cause de sa maladie dans le monde astral. S'il réussit à la découvrir et à l'éliminer, la maladie le quittera.

Si une maladie a pris place dans le corps astral, tout doucement elle passe dans la pensée et de là dans le corps physique. Pour la faire quitter son corps, l'homme doit libérer son esprit de cette maladie, c'est-à-dire ne plus penser à elle. Des sentiments amers ou des pensées contradictoires sont à la base des maladies physiques. Transformez-les pour éviter les maladies.

Beaucoup de maladies sont dues aux troubles dans les sentiments et aux pensées désordonnées qui provoquent des conséquences dans le système musculaire et dans les poumons. Les troubles émotionnels atteignent souvent le cœur, le foie, les systèmes circulatoire et respiratoire.

Les maladies et les états maladifs sont provoqués par l'absence de musique et d'harmonie dans le corps humain.

Si vous avez mal à la tête, la cause est dans l'estomac, si vous avez mal à l'estomac, la cause est dans la tête : les maladies arrivent par la loi de la correspondance.

Il existe dans la Nature un fil invisible qui véhicule les bons et les mauvais courants de toute la création. Cette même loi existe dans chaque homme. Chaque homme est entouré de courants lumineux et de courants sombres. Si un courant ténébreux passe à ses côtés, il sera indisposé. S'il passe un courant lumineux, il se sentira bien. Ce croisement de courants lumineux et ténébreux crée continuellement une succession d'états positifs et négatifs chez l'homme. Les courants lumineux doivent l'emporter sur les ténébreux. Les sentiments moraux, beaux, lumineux, nobles sont les fruits des courants de la lumière.

Il existe des êtres invisibles qui ont intérêt à exciter les énergies de l'homme pour s'en nourrir. Lorsqu'il est en colère, ces entités utilisent ses énergies et en conséquence l'affaiblissent. J'observe comment cela se passe : souvent ces entités arrivent en groupe, s'installent autour de l'homme et commencent à lui suggérer des pensées négatives jusqu'à le conditionner. Dès qu'elles atteignent leur but, elles s'éloignent et observent son comportement. Derrière chaque maladie sont cachées des entités de différents niveaux de développement, il y en a de fortes et de faibles, de bonnes et de méchantes. La plupart sont des entités mauvaises, d'une culture inférieure. Ceci n'est pas une explication scientifique et la plupart des gens diront que c'est une falsification de la vérité. Quoi qu'il en soit, je dis que derrière chaque maladie sont cachées des entités arriérées dans leur développement spirituel.

Quand vous commettez une faute, vous ressentez une douleur soit à l'estomac, soit au cœur, aux poumons, aux pieds, aux coudes, aux intestins, aux doigts, à la colonne vertébrale ou au foie. La localisation des troubles et des maladies dans certains endroits peut donner une indication sur la faute commise. La médecine de la Nature est tout à fait extraordinaire et singulière.

Si vous vous moquez de la maladie de quelqu'un, cette maladie peut vous arriver aussi. Alors allez trouver cette personne et présentez-lui vos excuses. Si vous entrez dans la situation du souffrant, la maladie vous quittera.

Plusieurs de vos états et de vos maladies vous sont étrangers car ils sont ressentis par suggestion. Par exemple vous voyez quelqu'un avec une jambe cassée, vous vous imprégnez de sa situation, plus tard vous risquez de ressentir des douleurs semblables au même endroit. Comme cette douleur est arrivée par la voie suggestive, elle doit s'en aller de la même manière.

Quand une personne vous méprise, vous envoie des regards foudroyants, il peut vous arriver un malheur si votre système nerveux n'est pas résistant. Certaines personnes prononcent des paroles de malédiction si fortes que leurs invectives peuvent se réaliser.

La terre, comme une entité vivante, a son propre thème astrologique, son chemin personnel sur lequel elle se déplace. De nos jours, comme dans le passé, ce chemin n'est pas dépourvu d'obstacles. Parfois la terre est traversée par certaines perturbations qui affectent les hommes et donnent naissance

à toutes sortes d'épidémies qui, en peu de temps, font mourir des milliers et des millions d'êtres humains.

Le médecin vient, il ausculte le malade, prend son pouls, lui ordonne des médicaments et s'en va. Il ne faut pas traiter et guérir les malades de cette manière! Il y a des maladies qui proviennent du désespoir, d'autres de surcharges, d'autres simplement d'un refroidissement. La cause de certaines maladies se trouve dans la partie arrière du cerveau. Certaines sont dues à un surdéveloppement des capacités destructives de l'homme, d'autres encore à une nutrition désordonnée et trop abondante. Plusieurs maladies sont causées par le mélange d'aliments incompatibles, d'autres par le désaccord entre l'intellect et le cœur, d'autres encore par le non-respect de la loi de l'amour. On peut énumérer encore des milliers d'autres causes. La transgression de la loi de la foi provoque des troubles du système nerveux. Le désaccord entre le système nerveux sympathique et le système cérébro-spinal entraîne aussi des dérangements. Le découragement, le désespoir engendrent un désaccord entre les muscles et les os car certains endroits sont davantage irrigués par le sang, d'autres accumulent plus d'énergie. La cause des rhumatismes n'est pas due à l'humidité d'une pièce. Si c'était le cas, comment expliquer que les habitants de maisons saines et confortables contractent aussi cette maladie? Toutes les maladies au monde sont le résultat de l'inobservation des lois divines.

Certaines maladies proviennent d'un conflit avec les autres ou avec soi-même. Lorsque le père et la mère se disputent, les enfants commencent à devenir malades. Lorsqu'il y a de l'amour entre les parents, les enfants sont en bonne santé. Ainsi vous voyez que ce n'est pas du tout simple d'être un vrai médecin, il ne suffit pas de posséder seulement une enseigne ou un diplôme!

Il est nécessaire de rechercher très loin la cause des maladies. On serait en mesure de purifier immédiatement son corps de tous les déchets et de le libérer de toutes les maladies si on vivait en accord avec les lois divines. Certains physiciens supposent que si l'on soumet l'organisme humain à une décharge électrique à haute tension de 10 000 à 20 000 volts ou même de 100 000 volts, celui-ci se renouvellera en très peu de temps.

Si vous ne donnez pas libre cours à une impulsion divine, vous bloquez votre désir vers le bien et vous provoquez une saturation des énergies qui vous expose à toutes sortes de maladies. Toutes les maladies proviennent précisément de ce blocage provoqué par le non-accomplissement de l'impulsion divine qui vous incite à faire du bien.

Les hommes se rendent malades pour une seule raison : l'interruption du lien avec le monde divin qui les prive de ses énergies.

Il existe des saturations dans les mondes matériel, spirituel et divin. Partout on voit des gens saturés. Les maladies prennent naissance dans la saturation. Tant que l'homme respecte les lois divines, chaque cellule de son organisme se renouvelle, sinon les cellules commencent petit à petit à se détruire. Chaque pensée et chaque sentiment négatifs provoquent des ébranlements spécifiques, des explosions dans les cellules. Tous ces chocs se reflètent négativement sur l'organisme humain. Les causes des maladies sont cachées dans les pensés négatives et déformées.

La pensée humaine pénètre dans l'espace intramoléculaire du système nerveux cérébro-spinal et les sentiments dans l'espace intramoléculaire du système nerveux sympathique. C'est précisément en cela que réside la différence entre les pensées et les sentiments de l'homme. Si l'homme bloque une de ses pensées et qu'il ne lui donne pas la possibilité de se réaliser, celle-ci provoquera une explosion

dans le système cérébro-spinal. De même un sentiment refoulé provoquera une explosion dans le système nerveux sympathique.

Beaucoup de gens se plaignent de ne pas pouvoir supporter la force du soleil et disent qu'il agit d'une manière néfaste sur leurs organes. Ce n'est pas le soleil qui est en cause mais les pensées et les sentiments négatifs des humains qui forment une couche ténébreuse autour du soleil et réfractent ses rayons de manière à en retenir une grande partie. Ainsi réfractés, ils forment une sorte de «lumière noire» et ce sont notamment ces rayons noirs qui provoquent de nombreuses maladies ainsi que le bronzage, dangereux pour la peau quand il est excessif. De ce fait, on peut tirer la conclusion que le début de nombreuses maladies se cache dans cette réfraction intérieure spécifique de la lumière solaire. La lumière qui se réfracte en niveaux descendants perd de ses qualités et provoque toujours des états maladifs.

Ne restez jamais dans l'ombre d'un arbre ou dans l'ombre d'un homme. C'est une règle que chacun peut tester. Beaucoup de maladies sont dues aux ombres. Chaque rayon qui prend contact avec l'homme est absorbé par son organisme et ressort ensuite en partie sous forme de lumière morte. Dans l'ombre d'une fleur, d'un arbre, d'une maison, il y a encore de la lumière provenant des rayons directs du soleil mais cette lumière n'existe pas dans les rayons indirects, c'est-à-dire les rayons de l'ombre. Ne restez jamais dans cette ombre-là, car rien n'y pousse!

Il n'est pas possible de retenir une idée sans qu'elle produise un certain effet physiologique sur le cerveau et sur le système nerveux. Lorsque vous connaissez la force de vos pensées, de vos sentiments et de vos actes, soyez très attentif envers eux. Une pensée, un sentiment, une parole peuvent provoquer sur le cerveau et le cœur de l'homme une telle tension qu'elle est capable de l'ébranler.

Il n'existe pas de poison plus fort que les pensées, les sentiments et les états négatifs. La peur, la haine, le doute, les soupçons sont des poisons de ce genre. Ils forment des déchets qui empoisonnent le sang. Est-il possible d'être en bonne santé dans des états pareils?

Les pensées dysharmonieuses dérangent le système cérébro-spinal, les sentiments dysharmonieux dérangent le système nerveux sympathique et les actes dysharmonieux dérangent les systèmes musculaire et osseux. Les vies physique et psychique sont étroitement liées.

Nos pensées et nos sentiments impurs forment parfois des déchets dans notre esprit. Ces mêmes résidus s'accumulent dans les corps subtils, provoquent des perturbations intérieures et des états maladifs apparaissent.

Certaines maladies ne sont pas autre chose que le résultat de malédictions du passé. Pour chaque acte négatif, malheur ou injustice envoyé à quelqu'un, l'homme reçoit en retour une malédiction qui introduit la dysharmonie dans son organisme et le prédispose à la maladie.

Quels que soient les souhaits, bons ou mauvais, que les gens envoient à leurs semblables, c'est vers eux qu'ils reviendront en définitive. La pensée humaine est une grande puissance.

Les paroles, les pensées, les sentiments grossiers provoquent sur le système nerveux des secousses semblables à celles d'une voiture sur un chemin bosselé.

Il est terrible de garder dans sa tête de très mauvaises pensées vis-à-vis de quelqu'un. Les pensées injustes s'accumulent comme des déchets et s'impriment sur le cerveau et l'intellect en provoquant de grandes difficultés et des souffrances. Elles rendent l'homme nerveux et mal disposé. La libération

des pensées et des sentiments destructeurs demande un travail conscient sur soi pour apprendre à les maîtriser et à les transformer en pensées et sentiments bienfaisants.

Si l'homme pense comme il faut, il saura trouver la place juste de chaque parole et en la prononçant il ne salira jamais sa langue. Si la langue est propre, le corps est sain. S'il introduit une parole impure dans son langage, l'homme introduit une souillure dans sa pensée. Et si la pensée est entachée, il introduit dans son organisme un poison qui peut provoquer des maladies.

Les mauvaises paroles se reflètent sur le foie. L'hygiène humaine interdit l'emploi des paroles négatives, méchantes, dysharmonieuses. Si l'homme s'oppose à cette hygiène, il dérègle son foie. Un foie déréglé entraîne le dérèglement du système nerveux et aussi une assimilation défectueuse de la nourriture. En général les mauvaises paroles ont des conséquences négatives sur la santé. Si vous voulez préserver votre santé, utilisez des paroles bonnes et positives dans votre langage.

La chaleur et la lumière qui se forment dans les pensées et les sentiments humains ont des conséquences bienfaisantes ou destructrices, cela dépend de leurs vibrations. Plus les vibrations sont de haute fréquence et de grande intensité, plus leur action sera bienfaisante sur l'organisme.

Chaque pensée désagréable n'est rien d'autre qu'une âme errante qui a péché sur la terre, n'a pas fini son évolution et maintenant n'arrive pas à trouver sa place. Alors chantez-lui un chant, adressez-lui une bonne parole. Toutes les pensées tristes qui vous envahissent parfois sont comme des âmes désespérées qui sont ligotées entre le monde astral et le monde physique sans pouvoir évoluer.

Pour accomplir la loi divine, l'homme doit penser à lui à 50 % au maximum et à 50 % à ceux qui l'entourent. Il ne doit pas se négliger mais il ne doit pas non plus négliger ses proches car cela provoquerait aussi un déséquilibre.

S'il augmente son activité intellectuelle, l'homme diminue l'activité physique de son corps. C'est la cause de la nervosité d'une grande partie des hommes d'aujourd'hui. Plus grande est l'activité intellectuelle, plus faible est le corps. Pour que le système nerveux ne s'épuise pas, une partie des forces mentales doit se transférer dans le cœur. Les forces de l'organisme sont la résultante des forces de l'intellect et de celles du cœur.

Si vous cherchez la cause des maladies des oreilles et des yeux, vous la trouverez dans la partie postérieure du cerveau. Un dysfonctionnement de cette partie provoque des maux d'oreilles et d'yeux. Si la partie temporale du cerveau ne fonctionne pas bien, l'homme se plaint de maux de bouche. Puisque vous savez que le cerveau est à l'origine de la plupart des maladies, gardez-le en bon état. Quand on parle du bon état du cerveau, il s'agit des pensées qui le traversent, c'est pourquoi on tient les pensées pour responsables du bon état du cerveau et les sentiments de la bonne santé du cœur. Chaque pensée, tout comme chaque sentiment et chaque désir apporte à l'homme soit des bienfaits, soit des poisons. En outre, certaines pensées agissent immédiatement sur l'organisme, d'autres beaucoup plus tard.

Je vous dis qu'en introduisant dans l'intellect d'un homme, même au psychisme plus fort, des pensées contradictoires, il va sûrement se détraquer car ces pensées suscitent une très grande détresse sur son système nerveux et dérangent son harmonie intérieure. Autrement dit, en langage ésotérique, le double éthérique de l'homme s'échappe de son corps physique pour laisser la place à une autre entité. Celui qui connaît bien les lois est capable de faire revenir à sa place le double éthérique et ainsi de rétablir l'état normal.

Deux causes provoquent l'affaiblissement des yeux, l'inquiétude et la pensée injuste. Si on peut les surmonter, la vue s'améliore. Dieu n'a pas créé l'homme avec des lunettes!

L'affaiblissement de la vue provient du fait que les hommes contemporains ne possèdent pas une pensée philosophique profonde comme les premiers hommes de la sagesse antique. Aujourd'hui les humains vivent sans savoir pourquoi, ils sont troublés et ne savent pas ce que le lendemain leur réserve. Comment répondent-ils à la question : «Pourquoi vivez-vous?» Certains diront : «Nous vivons pour nous perfectionner, nous vivons pour Dieu!» Bien, mais si on leur donne un examen, une épreuve, est-ce qu'ils les passeront? Si l'homme vit pour une idée, il est prêt à tous les sacrifices. C'est pourquoi l'idée pour laquelle il fait des sacrifices doit en valoir la peine.

Les yeux sont au service de l'intelligence humaine. Si l'intellect fonctionne bien, les yeux sont en bonne santé mais s'il commence à faiblir, les yeux commencent à faiblir aussi progressivement. Si la charité est bien développée, les oreilles et les yeux sont en bonne santé.

Pourquoi l'homme devient-il aveugle? Parce qu'il n'a pas vécu conformément aux lois de la Nature. Les grandes inquiétudes engendrent tout d'abord des effets néfastes sur le système digestif, de là les troubles se répercutent sur les poumons, des poumons sur le cerveau et du cerveau sur le nerf oculaire. Celui-ci s'affaiblit et l'homme commence progressivement à perdre la vue. Pour la retrouver il faut faire le chemin inverse en rétablissant l'état normal des organes respectifs : tout d'abord du cerveau, puis des poumons, ensuite de l'estomac d'où est survenu le premier choc. À la fin, on doit trouver la cause qui a provoqué ce choc et l'éliminer.

Si on se réfère à la science initiatique, les aveugles, les handicapés que l'on rencontre sur la terre, tous sont des disciples qui n'ont pas réussi leur examen et qui, par voie de conséquence, ont quitté l'École.

La neurasthénie répandue maintenant dans toute l'Europe est un affaiblissement de la race blanche. Tous les cerveaux humains sont entièrement occupés par des pensées visant l'acquisition de maisons, d'argent, de confort. Les biens matériels ont remplacé les pensées lumineuses et les sentiments purs qui donnent la force à l'homme.

Si l'homme vertueux se laisse perturber, il perdra la santé. Si l'homme corrompu ne s'inquiète pas et préserve sa paix intérieure, il sera toujours en bonne santé. Dieu a donné à l'homme l'intellect pour penser et non pour se tourmenter.

On a remarqué que les bonnes pensées et les bons sentiments ont des conséquences salutaires sur le système digestif; au contraire les mauvaises pensées et les sentiments tristes ont des conséquences néfastes. La gourmandise et l'envie démesurée de se procurer des plaisirs dérèglent le système digestif et lorsque l'estomac ne marche pas bien, le système cérébro-spinal se dérègle aussi. Si vous rencontrez un homme avec un visage desséché, de couleur jaunâtre, mal disposé au travail, sachez que son système digestif n'est pas en bon état. Il n'est pas apte à travailler, son regard est sombre, il a perdu foi dans la vie.

Les maux de tête sont dus à la transgression des lois de la pensée juste. Rectifiez vos pensées et les maux de tête disparaîtront.

L'irascibilité et la nervosité proviennent d'un excès d'énergie intellectuelle qui s'accumule dans le nez et dérange le système nerveux. Alors ne surchargez pas inutilement votre pensée avec des soucis et des mesquineries.

Vous vous demandez à quoi sont dus les malheurs dans la vie? Une des causes essentielles est le massacre à tort et à travers des animaux mammifères, et ensuite le massacre aveugle des humains. Lorsque les âmes des victimes se rendent dans le monde astral, elles créent des conditions pour l'apparition de maladies nerveuses et de dérèglements entre les humains. Les voyous assassinés se déplacent librement parmi des hommes faibles et leur inspirent des sentiments de vengeance.

Des maladies, des pensées ou des sentiments néfastes qui surgissent en vous peuvent être provoqués par la souffrance de certains mammifères. Pour vous libérer, il faut adoucir et harmoniser vos relations vis-à-vis des animaux. Très souvent la haine d'un chien peut avoir une aussi grande influence que celle d'un homme. Ne croyez pas que les sentiments des animaux soient très faibles, non, détrompez-vous, ils sont très dangereux pour le monde.

Chez l'homme bon, les pieds sont en bon état, chez le juste ce sont les mains, chez le raisonnable les oreilles et chez celui qui aime la vérité les yeux. Chez l'homme qui aime Dieu, l'intellect sera bien développé. Lorsque l'homme néglige ou perd l'une de ces vertus, simultanément l'organe correspondant à cette vertu devient déficient. S'il tombe dans le domaine du péché et devient immoral, l'homme commence à s'atrophier progressivement : pieds, jambes, mains, puis tous les autres organes.

Aujourd'hui tout le monde souffre de maladies diverses et, comme on ne connaît pas leur cause, on n'arrive pas à les guérir. Les causes des maladies sont psychiques. Par exemple la cause de l'apparition d'une tumeur se cache dans l'altération de l'expression de l'amour. Autre exemple : l'apparition de l'avidité montre qu'un groupe de cellules se différencie et veut vivre indépendamment sans se soumettre à l'ordre établi dans l'organisme. En se séparant des autres, ces cellules créent leur propre demeure, forment un nouvel état avec un gouvernement indépendant. Ainsi elles travaillent durant des jours, des mois, des années jusqu'à l'arrivée du médecin qui, avec son artillerie, commence par attaquer et bombarder ces citoyens désobéissants. Mais souvent la médecine n'arrive pas à les éliminer et alors l'aggravation envoie le malade dans l'autre monde.

Il existe un autre moyen de guérison : la greffe. Comme on greffe des arbres fruitiers, on peut de la même manière greffer l'organisme humain et ainsi obliger les sucs à remonter vers le haut du corps. Lorsque les énergies sont bloquées à un endroit, là apparaît une excroissance que les médecins appellent tumeur. Celui qui connaît les lois de la greffe pourra diriger les énergies et les faire circuler dans l'organisme à travers cette excroissance qui, de cette façon, disparaîtra. Si les nouvelles cellules arrivent à absorber les sécrétions qui forment la tumeur, celle-ci n'aura plus de conditions de développement et elle disparaîtra complètement.

Quand le monde deviendra serviteur de l'amour, il n'y aura plus de malades. Si vous avez des rhumatismes, votre amour est faible. Chaque maladie est due à une insuffisance intérieure ou à une insuffisance de lumière, de bonté ou de force.

L'amour humain doit être purifié continuellement sinon il introduira des impuretés dans l'organisme. C'est lui qui est à la base de l'impureté du sang. Purifier l'amour humain signifie le remplacer par l'Amour divin.

Il est impossible à la fois d'aimer et d'être malade, ce sont deux choses incompatibles. Si vous aimez, votre visage ne peut pas être sombre, ni vos yeux ternes. L'amour apporte la vie.

Quand l'amour diminue, le phosphore dans le cerveau diminue aussi. Tous les éléments des domaines physique, mental et spirituel sont soumis à l'amour.

Quand l'espoir diminue arrivent des maladies. Quand la foi diminue arrivent d'autres maladies, mais quand c'est l'amour qui manque les maladies sont pires encore. Si vous renforcez l'espoir, la foi, l'amour, les maladies vous quitteront.

Les hommes se rendent aussi malades parce qu'ils transgressent les lois de la vérité. Celui qui veut rétablir sa vie, sa santé, doit rétablir son amour pour la vérité.

L'orgueil est la cause de nombreuses maladies que l'on peut guérir par son contraire, l'humilité.

Chaque défaut physique a une origine spirituelle. Les sentiments de haine entraînent de fâcheuses conséquences sur la poitrine et les poumons. La jalousie affecte le cœur. Si on éprouve de l'envie, de la jalousie, du doute, des soupçons, c'est le foie qui souffrira. La gourmandise affecte l'estomac. La colère provoque la constipation et si on promet sans tenir ses promesses, les maux de tête arriveront.

Lorsque vous trouvez la cause d'une maladie, vous pouvez rétablir l'équilibre et l'harmonie en vous.

Si vous avez mal à la tête, tâchez de rétablir vos relations vis-à-vis du monde divin. Si vous souffrez de la poitrine et des poumons, redressez vos rapports avec le monde spirituel. Si vous avez mal au ventre, redressez vos rapports vis-à-vis du monde physique. Les maladies n'arrivent pas fortuitement, elles ont des causes profondes. La science contemporaine et la médecine ne les cherchent pas encore, elles observent les faits et les phénomènes dans la Nature et dans la vie seulement du point de vue matériel.

D'où viennent les douleurs soudaines dans les différentes parties du corps? Elles sont dues à la contraction des vaisseaux capillaires. On sait que ces derniers servent à la circulation sanguine, ils transportent le sang dans toutes les parties du corps. Lorsque les vaisseaux capillaires de la poitrine sont contractés, l'électricité de l'organisme qui apporte la lumière ne peut pas circuler normalement dans le corps et se trouve bloquée dans certains endroits. Le surplus d'énergie qui s'accumule alors agit comme la pression de la vapeur dans une chaudière en provoquant des points douloureux. Souvent l'électricité atmosphérique s'associe à l'électricité du corps humain et cette rencontre produit une petite explosion que l'homme ressent comme douleur. Que faire pour s'en libérer? Introduire plus de chaleur dans l'organisme. Cela veut dire changer la nature des sentiments et envoyer plus de sang dans la partie douloureuse du corps. Par la chaleur les douleurs disparaîtront. Il faut aussi boire de l'eau chaude et, parallèlement, se soigner par des pensées et des sentiments forts et positifs.

L'homme doit vivre normalement en respectant les lois de la Nature pour éviter de provoquer une trop forte contraction des capillaires qui entraîne des inflammations et de là tous les gonflements, douleurs, évanouissements, etc. Chaque pensée, chaque sentiment négatif rétrécit les capillaires et interrompt les courants électriques et magnétiques de l'organisme, change leur rythme, suscite la dysharmonie et voilà la maladie!

Les hommes représentent un système de vases communicants. Ainsi si un homme se rend malade et souffre, des milliers d'autres souffrent et sont malades avec lui.

La Nature se sert de symboles et d'empreintes. Il n'y a pas de fautes ou de bienfaits commis par l'homme que la Nature n'ait pas imprimés sur son corps. Elle grave tous les crimes et toutes les vertus acquises.

La cause de chaque maladie est d'origine spirituelle. Les rapports incorrects entre proches, parents, enfants, père, mère, frères, sœurs, époux, épouse, provoquent des maladies différentes. Si ces

rapports sont rectifiés, la maladie disparaît. À la maison, s'il existe un désaccord entre les parents, les enfants en subiront immanquablement des conséquences sur le plan de la santé. Les enfants sont en bonne santé et bien éduqués quand le père et la mère vivent en harmonie et en accord.

Certaines femmes n'ont pas pu avoir d'enfant, c'est parce qu'elles ne devaient pas se marier ou qu'elles se sont mariées prématurément.

Si le fils entre en conflit avec son père et que la pensée du père est plus forte, le fils partira dans l'autre monde avant le père. Si vous n'aimez pas votre mère, celle-ci partira prématurément. Si elle ne vous aime pas, vous ne vivrez pas très longtemps. Aimez votre mère et votre père, vos frères et vos sœurs pour maintenir votre santé car si vous les provoquez par votre haine, leurs pensées à votre égard vous détruiront. Si c'est vous qui êtes l'objet du mépris, entourez-vous continuellement par des prières et des formules. Dans de pareils cas il vaut mieux utiliser la loi de l'amour. Il est recommandé d'aimer son prochain pour être en bonne santé. Dans une famille, quand tout le monde s'aime, la maladie n'arrive pas dans la maison et même si elle survient, elle s'en va vite.

La rupture avec le règne animal entraîne immédiatement le dérangement du système digestif. N'essayez pas de vous libérer de votre côté animal, soyez conscient des rapports que vous entretenez avec les animaux. Il existe trois mondes : animal, humain et angélique, ils sont interdépendants et reliés entre eux. C'est pourquoi l'estomac doit être en harmonie avec les poumons et les poumons avec le cerveau. Le sens de tout cela n'est pas de nous libérer du côté animal mais de le régulariser, de l'éduquer et de soumettre les désirs et les sentiments inférieurs à ceux qui sont supérieurs.

La cause de tous les petits ulcères d'estomac se cache dans le mensonge. Le mensonge modifie la composition chimique du sang et des tissus organiques. Comment expliquer cette modification? Par la peur. Celui qui ment commence à avoir peur et celle-ci produit le rétrécissement des vaisseaux sanguins et des tissus.

Chaque excès dans les plans physique, spirituel ou intellectuel apporte une saturation qui conduit à des états maladifs. Il est dit que l'homme doit travailler bien mais sans exagération. Dans le travail la surcharge n'est pas permise non plus. L'homme doit travailler tant que cela lui est agréable. Le véritable travail est celui qui organise les forces de l'organisme.

Il existe un état dont vous n'êtes pas conscient : c'est celui où vous cherchez seulement à prendre, à posséder et à ne rien donner en échange. Dans cette situation le mal apparaît comme un processus qui vous enlève ce que vous avez pris en trop.

Il faut donner pour se nettoyer.

Il faut donner pour rajeunir.

Il faut donner pour grandir, il faut donner pour être en bonne santé.

Celui qui aime donne. Dieu donne sans cesse.

La loi divine sous-entend une continuelle prédisposition à donner.

Quelle est la cause de la folie? Lorsque des gens sont tout près les uns des autres, leurs doubles s'interpénètrent et le choc provoqué par ce heurt peut détraquer l'un d'eux.

Ceux qui mènent une vie dissolue deviennent fous. Il faut savoir que la folie peut apparaître lorsque le système nerveux est très abîmé ou lorsque l'homme mène une vie vicieuse. Chez l'homme qui mène une vie pure et saine, la folie est absolument exclue.

La cause de la folie des hommes d'aujourd'hui se cache souvent dans leurs existences passées. Dans la vie actuelle, un prétexte à lui seul peut faire resurgir la folie comme résultat de transgressions d'autres réincarnations.

L'homme contemporain souffre de gourmandise à tous points de vue : nourriture, possessions, plaisirs. Il est malade car il a puisé plus qu'il ne lui était nécessaire.

Le cou ne doit pas être gros car cet endroit abrite des glandes pourvues de fonctions extraordinaires. Afin de permettre leur bon fonctionnement, il ne faut pas y accumuler de graisses, celles-ci provoquent des maladies pectorales, des maladies des amygdales et d'autres états maladifs liés au dysfonctionnement de ces glandes.

Le cancer et les tumeurs dont souffrent les hommes sont dus aux sentiments hostiles et contradictoires, à la dysharmonie entre le système nerveux principal et le système nerveux sympathique, à une vie perverse, à l'avidité. Les maladies se localisent là où se trouvent la gourmandise ou l'avidité. Une profonde unité intérieure est indispensable ainsi que l'harmonie, les bains dans l'eau exposée au soleil et les bains de lumière dans la couleur violette. En plus, chaque jour mangez de l'oignon. Il faut aussi greffer de nouvelles cellules exactement comme pour la greffe d'un arbre. Les hommes, les femmes et les enfants, tous sont nerveux. Pourquoi? À cause de leurs fautes. «C'est ma mère qui m'a mis au monde neurasthénique», dit quelqu'un. «Non, par ta vie désordonnée tu as créé toi-même ta neurasthénie!»

Quand l'homme devient-il nerveux? Quand le fardeau qu'il porte est plus lourd que ses possibilités.

À quoi est due la neurasthénie? À la sortie du double éthérique. Souvent le double se déplace d'un ou deux centimètres vers l'extérieur, quelquefois plus. Dès qu'il dépasse la normale, l'homme devient extrêmement impatient. Pour éviter de se mettre en colère, il doit se revêtir d'une cuirasse qui est la douceur. C'est pourquoi plus un être devient sensible, plus il doit s'accoutumer à parler avec douceur.

La neurasthénie est due aux fissures du système nerveux d'où s'échappent des énergies. Chez l'homme contemporain, c'est la peur qui provoque ces fissures ainsi que de trop fréquentes colères. Pour se libérer de la neurasthénie, il faut arrêter cette fuite d'énergie nerveuse. Alors cessez de vous mettre en colère et surmontez vos peurs! Mais comment? Faites appel à votre volonté, mettez-la en action et devenez doux et courageux!

Les dérèglements du foie provoquent différentes maladies, une des plus fréquentes est la neurasthénie. Elle se reflète sur les capacités intellectuelles, sur les sentiments ainsi que sur les manifestations spirituelles. L'activité du monde inférieur dans les pensées et les sentiments humains influence le foie et le détruit comme les termites qui dévastent tout. Entretenez votre foie en bon état pour améliorer vos pensées et vos sentiments.

Beaucoup deviennent neurasthéniques à cause de la chaleur produite par des émotions situées dans la partie arrière du cerveau. Cette chaleur se reflète d'une manière nocive sur le système digestif ainsi que sur les poumons. La guérison consiste à transformer cette énergie en magnétisme qui augmentera la force vitale de l'organisme. Il existe des médecins magnétiseurs capables de libérer l'homme de la chaleur nocive de l'organisme. L'eau prise à dose homéopathique joue un rôle important dans le traitement. Apportée au cerveau, elle diminue la combustion et le malade guérit. Pour avoir des résultats dans son travail, le médecin doit posséder non seulement un diplôme de la

Faculté de médecine, mais aussi un deuxième diplôme, celui de la Nature vivante qui lui assure un parfait accord entre les forces de son organisme et celles de la Nature.

Une des causes de la neurasthénie est le faible lien entre l'organisme et les énergies solaires. Si vous renforcez ce lien la neurasthénie disparaîtra. Celui qui est relié au soleil mène une vie bonne et riche en vertus morales.

L'homme devient neurasthénique quand il n'arrive pas à satisfaire ses sentiments et ses désirs. Plus grands et plus nombreux sont ses désirs, plus grandes sont ses souffrances. Lorsque les désirs ne sont pas maîtrisés survient la colère. La colère est une énergie mal utilisée. Mettez des barrières à la réalisation des aspirations d'une personne et vous constaterez que bientôt elle deviendra neurasthénique. Enlevez ces barrières de son chemin et sa neurasthénie disparaîtra.

Un excès de sucre se dépose dans le sang des gens très nerveux. Ceux qui sont gais, bien disposés n'en ont pas. Une multitude de désirs augmente aussi le sucre dans le sang.

L'homme est libre tant qu'il n'accepte pas en lui-même un désir qui le soumette. À partir du moment où il l'accepte et commence à le nourrir, il perd sa liberté. Chaque désir qui se présente à vous est l'expression d'une entité située à des niveaux soit inférieurs, soit supérieurs et qui vous influence. En vous liant à ce désir, vous vous liez à cette entité et, comme résultat, vous devenez dépendant d'elle. Chaque désir représente un lien avec d'autres entités qui vivent ailleurs, ce lien n'est pas seulement extérieur, il cache profondément ses racines dans la nature humaine.

Aujourd'hui beaucoup se plaignent d'une mauvaise disposition d'esprit, d'épuisement, de nervosité. Quelle en est la cause? Leurs désirs multiples et excessifs. Tous ont beaucoup de désirs et très peu de moyens de base pour les réaliser. Pour qu'un arbre devienne grand, il a besoin de terre pour le développement de ses racines.

Si l'homme ne sait pas bien transformer les énergies de ses sentiments inférieurs, il peut se rendre malade et cela se reflétera sur ses sentiments et sur sa vie spirituelle. C'est pourquoi parallèlement à l'anatomie et à la physiologie du corps physique, on doit étudier l'anatomie et la physiologie du corps astral. Les maladies des hommes d'aujourd'hui sont dues à l'incompréhension de la loi de la transformation des énergies.

Quand vous marchez, quand vous parlez, vous gesticulez trop avec les mains, il faut maîtriser vos gestes. Pourquoi froncer vos sourcils, contracter votre bouche, cligner des yeux? Avec tous ces mouvements artificiels, vous déformez vos traits mais aussi vous vous causez des dommages. En déformant votre expression quand vous êtes inquiet, vous renforcez les problèmes et provoquez le malheur. Toutes les maladies mentales proviennent de l'insuffisance de lumière. Toutes les maladies du cœur proviennent de l'insuffisance de chaleur. Toutes les maladies de l'âme proviennent de l'insuffisance de vérité.

Les cheveux poussent sous l'influence de la chaleur, quand la chaleur commence à diminuer, les cheveux commencent à tomber. La calvitie est due au manque de chaleur, elle-même étant liée au magnétisme. Les cheveux tombent à cause de la perte de magnétisme, à cause de nombreux soucis, d'états maladifs ou en cas de graves maladies.

Lorsque la tête commence à se dégarnir, l'intelligence commence à dominer le cœur, le cerveau devient extrêmement actif.

L'ingratitude affaiblit l'homme et le fait vieillir avant l'âge. Au contraire la gratitude vivifie, fait grandir et rajeunit. Pourquoi les hommes deviennent-ils malades? Parce qu'ils sont ingrats. Que faut-il faire pour guérir? Appliquer la gratitude dans votre vie. Soyez reconnaissant pour le plus petit bien que l'on vous donne. Il est possible, en commettant une faute, de provoquer la mort de cinquante ou soixante mille cellules et parfois jusqu'à cent mille. Une très forte angoisse ou un désespoir fait mourir des milliers de cellules dans l'organisme humain.

Le doute est un dangereux parasite qui se multiplie rapidement. En 24 heures il est capable d'empoisonner votre sang, après quoi il faut s'appliquer à faire de très gros efforts pour le purifier.

Le traitement des maladies doit commencer vingt ans avant qu'elles n'apparaissent. Les médecins de l'avenir seront capables de traiter les gens avant l'apparition des maladies.

Qu'est-ce que le cancer? À quoi est-il dû? Les causes du cancer sont cachées dans la contradiction des sentiments. Si l'homme commence à mener une vie désordonnée, il sera victime du cancer. Quand il se ferme aux idées sublimes qui ont inspiré sa vie, il ouvre la voie à des maladies de la poitrine, devient pessimiste et provoque l'apparition de la tuberculose.

Autant les sentiments de l'homme sont indomptés, autant sa mémoire sera faible. La mémoire s'affaiblit aussi par de grandes tristesses et souffrances, par la peur démesurée, par de grandes détresses morales.

Celui qui souffre de palpitations du cœur est un homme orgueilleux, de même celui qui souffre du ventre. Celui qui souffre de la tête est vaniteux. Les palpitations du cœur ont des causes psychiques, elles sont à la base de la formation de nombreuses toxines, d'éléments étrangers, de substances à moitié organiques qui ont envahi l'organisme et doivent être rejetés. Les palpitations du cœur sont dues à une multitude de pensées, de désirs, de sentiments contradictoires qui sont inutiles pour le cœur. Pour s'en libérer il existe différentes méthodes, une des méthodes nouvelles est la guérison par la musique.

Si vous avez des palpitations, cela montre que vos sentiments sont divisés, qu'il y a une bataille entre deux sentiments. Arrêtez la guerre et votre cœur reprendra son rythme normal.

De même que l'excès de nourriture est un danger, il existe un danger à ressentir une joie immense, excessive. Le système nerveux est créé de telle façon qu'il n'est pas en état de supporter les vibrations d'une joie immense et sublime telle que les êtres évolués la vivent. Si l'homme se trouve dans la vibration d'une telle joie, son système nerveux ainsi que son cerveau vont se dérégler car ils ne sont pas adaptés à résister à de telles vibrations, qu'elles soient d'un niveau supérieur ou inférieur.

Par les efforts de votre volonté vous renforcerez votre corps et tous les organes commenceront à travailler mieux. L'affaiblissement de la volonté est un facteur pour l'apparition de la maladie. Par ailleurs les maladies sont indispensables pour forger la volonté.

Si un organe se développe au détriment d'un autre, si une cellule rajeunit au détriment d'une autre, au bout du compte apparaissent différentes maladies comme par exemple le cancer. Si certains talents ou sentiments se développent au détriment d'autres, l'organisme se rend malade également. Souvent vos pieds se refroidissent. Introduisez alors l'amour en vous et la chaleur pénétrera jusqu'au bout de vos orteils. Dès que les doigts se refroidissent, c'est que votre amour fait faillite.

Les sentiments injustes influencent la circulation sanguine. Si l'état des sentiments s'améliore, la circulation s'améliore, le bout des pieds et des mains se réchauffe.

Aujourd'hui les gens ont très peur des épidémies, par contre ils n'ont pas peur des péchés et des vices qui, en réalité, en sont à l'origine.

La première cause des anomalies dans la vie est la nourriture falsifiée que vous mettez dans votre estomac. Dieu a créé l'homme pour qu'il se nourrisse de fruits et vous mangez de la viande. La nourriture carnée a introduit de telles toxines dans votre organisme qu'il a accumulé une multitude d'impuretés.

Si votre odorat était en bon état, vous vous tiendriez à distance de ceux qui mangent de la viande, ils dégagent une odeur tellement mauvaise! La première condition pour améliorer la santé d'un malade est d'améliorer son alimentation. Les nourritures fruitière et carnée contiennent des éléments différents qui, dans l'avenir lointain, produiront des résultats différents.

L'homme contemporain qui mange de la viande souffre. Seule une partie microscopique de la viande est assimilée, le reste est un déchet qu'il faut éliminer. Bien que toutes les maladies d'aujourd'hui soient dues à ces déchets, tout le monde répand l'idée qu'il faut davantage de nourriture. Non, moins de nourriture est indispensable, mais d'une qualité telle qu'elle donne moins de déchets.

La nourriture mal digérée entrave la purification du sang. À ce moment-là s'accumulent autour des articulations des matériaux semi-organiques sous forme de résidus. Ce dysfonctionnement de l'organisme occasionne des indispositions d'esprit et le pessimisme. Travaillez par la force de votre volonté pour améliorer votre système digestif et ainsi éviter le pessimisme et la mauvaise humeur.

Si de nos jours il y a tant de malades des nerfs, tant de souffrances, cela provient en grande partie de la nourriture. Les fruits de la terre sont imprégnés du sang de millions de victimes, soit des hommes, soit des animaux. La terre imbibée du sang humain doit être purifiée et cela se réalisera quand elle passera par le Feu divin, par le Feu de l'Amour.

La neurasthénie provient aussi d'un excès de consommation de viande. Actuellement, la seule nourriture saine pour l'homme est la nourriture végétale qui adoucit sa nature grossière. Dans l'avenir l'humanité arrivera à un tel degré d'évolution qu'elle pourra extraire les éléments nutritifs indispensables directement de la Nature vivante, et cette nourriture-là sera pure, parfaite et complètement saine. Dans cette phase de l'évolution, il n'y aura plus d'animaux sur la terre.

Quand l'homme utilise une nourriture malpropre, falsifiée, il se forme en lui beaucoup de résidus qui attirent les bacilles de différentes maladies comme le choléra, le typhus, la peste et d'autres. Ceux dont le sang est pur n'attrapent pas ces maladies car rien ne touche l'homme pur, il peut visiter des lépreux, des tuberculeux sans rien attraper grâce à sa pureté et à sa foi.

Lorsque la nourriture n'est pas bien digérée, elle ne peut pénétrer dans le sang et ne peut nourrir les cellules. Elle forme des résidus autour des articulations, autour des vertèbres et même dans les vaisseaux capillaires. On les appelle en langage médical des maladies rhumatismales et en langage ésotérique des «épines spirituelles». Plus on mâche la nourriture dans la bouche, plus facilement une partie des substances nutritives est absorbée, de cette manière celles-ci pénètrent directement dans le système nerveux. Les sucs non absorbés par la bouche descendent dans l'estomac où se produit la digestion complète.

D’où provient le mal de tête? De la consommation d’une nourriture trop abondante et indigeste qui surcharge l’estomac. Dans de pareils cas, l’épuration de l’estomac ne peut pas se faire comme il faut et alors apparaissent le mal de tête et une mauvaise haleine.

La cause du mal de tête a sa source dans l’intestin grêle et le colon. Si ces organes ne sont pas en bon état, il y aura des problèmes de tête. Pour les résoudre il faut tout d’abord prendre un bain de pieds chaud, ensuite laver ou vider les intestins. Dès que les intestins et l’estomac sont libérés, le mal de tête s’arrête.

Souvent les vertiges proviennent aussi de l’estomac.

Quelquefois vous ressentez une lourdeur d’estomac et vous ne savez pas pourquoi. Si vous aviez la connaissance du système nerveux sympathique, vous comprendriez que ce dérangement de l’estomac provient de vos sentiments, qu’il est en rapport avec le système sympathique.

Vous avez mangé une nourriture dont les vibrations ne sont pas en accord avec votre système sympathique, comme conséquence vous ressentez un état désagréable. Si d’une manière ou d’une autre vous vous libérez de cet état mais que vous commencez à vous sentir mal disposé mentalement, cela indique que le malaise est passé dans la tête, dans la région des tempes où est ressentie une tension. C’est pourquoi soyez très prudent dans le choix de votre nourriture, observez-vous pour savoir laquelle vous correspond.

En mangeant trop vous provoquez un blocage du système nerveux et il s’ensuit une mauvaise circulation sanguine : l’énergie du cerveau ne s’écoule pas comme il faut. C’est ainsi que commence le processus de durcissement des artères qui perdent leur plasticité. L’esprit humain est alors obligé de quitter son corps.

Les Bulgares souffrent d’un excès de nourriture. S’ils mangeaient moins, tout s’arrangerait et se régulariserait dans leur vie. Arrivés à la vingtième bouchée, ils doivent s’arrêter!

Les maladies sont souvent produites par la matière inerte accumulée dans le corps. Derrière cette matière se cache une entité d’une intelligence soit bonne, soit mauvaise. Vous allez dire que vous ne voyez pas cette entité intelligente. La voir ou non ne change rien. Par exemple, vous voyez un homme poignardé par terre. Le couteau est une matière inerte, mais derrière le couteau il y a la main d’un être conscient qui l’a manipulé. Il en est de même pour les microbes qui provoquent différentes maladies, derrière eux sont cachés des êtres d’un certain niveau d’intelligence qui agissent sur l’homme de manière à créer des conditions pour le développement de bactéries. Certaines maladies détruisent l’organisme, d’autres le purifient.

Le critère pour reconnaître une nourriture bonne et saine c’est d’observer comment elle agit sur vos pensées, vos sentiments et vos actes. Si elle provoque une diminution de votre vie intellectuelle, cette nourriture n’est pas hygiénique. Par exemple les gens aiment manger de la viande de porc, ils la mangent avec appétit mais cette viande introduit des pensées et des états dont ils se libèrent ensuite difficilement. La nourriture influence principalement les hommes faibles de nature dont les énergies sont inorganisées. Sur les autres, plus évolués, elle n’a pas une aussi grande influence car eux savent comment l’utiliser.

Pour rétablir votre mémoire il faut vous libérer de l’acide lactique accumulé dans le cerveau. Comment? Par la purification du cerveau et du sang. On peut y parvenir par un changement de nutrition, par des pensées et des sentiments purs et par de bonnes actions.

La cause des maladies se cache aussi dans l'obstruction des pores. La maladie apparaîtra précisément dans les endroits du corps où les pores sont bouchés car l'organisme ne supporte aucune impureté, aucune substance étrangère. Dès que des impuretés s'accumulent quelque part, l'organisme se rend malade. Chaque maladie exige la libération des substances étrangères. Par exemple si des blocages surviennent dans les canaux de la colonne vertébrale, l'homme perd sa vitalité. La colonne vertébrale a la propriété d'absorber le prâna de l'air qui est l'énergie vitale, et de le transmettre à tout l'organisme.

Lorsque la circulation sanguine fonctionne mal, le carbone s'accumule dans le sang sous forme de gaz carbonique (CO_2) et le rend impur, les énergies électriques et magnétiques de l'organisme ne circulent pas comme il faut et le système nerveux emmagasine un surplus d'azote. En conséquence l'organisme est saturé et le système respiratoire est en difficulté.

Le jaunissement des yeux montre le mauvais fonctionnement du foie. Le foie est lié à la digestion et la digestion est liée à la circulation sanguine. De celle-ci dépend la pureté du sang. Le sang impur assombrit l'intelligence et dévie la pensée.

Le refroidissement des extrémités des membres est dû à l'impureté du sang qui produit de l'électricité dans l'organisme. Le sang pur produit du magnétisme. L'électricité produit du froid et le magnétisme de la chaleur. Plus le sang est impur, plus l'homme est méchant.

Par des exercices respiratoires on purifie le sang. Il faut de même trouver des exercices pour la purification des pensées. Les maladies sont dues au sang impur, à la nourriture impure qui apporte de mauvaises dispositions d'esprit, du pessimisme, de la paresse. Celui dont le sang est pur se distingue par une grande énergie, par une grande agilité du corps et de l'esprit.

Celui qui respire par la bouche ne peut pas avoir une bonne santé.

Si vous étudiez le processus de l'organisme humain, vous remarquerez que du centre de chaque cellule sortent des énergies qui se dirigent vers la périphérie, dans l'espace. D'autres énergies viennent de l'extérieur et se dirigent vers le centre des cellules. C'est au croisement de ces deux courants d'énergie que se produit le processus de la vie. Si un de ces courants énergétiques, extérieur ou intérieur, se bloque, apparaissent différents états maladifs. Chaque blocage interrompt la bonne marche de la circulation sanguine qui, de son côté, provoque une maladie.

D'où vient par exemple le mal de tête? De l'accumulation d'énergies cosmiques dans le cerveau.

L'accumulation d'un surplus d'énergie solaire dans certaines parties du corps crée pour les autres organes de multiples états maladifs. En général les organes privés d'énergie souffrent. Pour les aider il faut leur envoyer de l'énergie d'abord par la pensée.

Vous devriez étudier les lois de la transformation de l'énergie et comment la transmettre d'un organe à l'autre. Chaque maladie découle d'une distribution inégale des énergies dans l'organisme, laquelle se répercute sur la circulation sanguine.

La forme du corps humain d'aujourd'hui ne représente rien d'autre que le prâna en mouvement. Les maladies apparaissent quand le prâna en circulation n'est pas bien réparti dans le corps. S'il n'est pas bien réparti dans les sentiments, apparaît le mécontentement. Mal réparti dans les pensées, il fait naître la stupidité, le non-sens.

Quand la peau, conductrice de l'énergie vitale de la Nature, commence à perdre sa finesse, la circulation des énergies est perturbée et l'homme peut se rendre malade. Mais la couleur, la rudesse ou l'aspect ridé ou lisse d'une peau ne permettent pas de juger de sa qualité. Il existe d'autres critères.

Si nous pouvions observer avec l'œil du clairvoyant les nerfs et les artères d'un neurasthénique, nous verrions à plusieurs endroits des fissures par lesquelles s'échappe de l'énergie. Un tel homme est faible. Pourquoi? En première place à cause des passions non contrôlées.

La folie a pour cause le fait que les deux parties du cerveau sont chargées de la même électricité, soit positive, soit négative. L'état normal nécessite que dans un hémisphère circule l'énergie positive et dans l'autre l'énergie négative. Si quelqu'un devient très agressif, c'est-à-dire très électrique, il doit introduire dans son hémisphère gauche de la douceur, du magnétisme. Posez vos mains sur la tête d'un homme en bonne santé et vous allez ressentir deux courants, l'un chaud, l'autre froid, mais sur la tête d'un homme déséquilibré, vous ressentirez seulement un courant chaud. Pour aider un tel malade, il faut demander à un ami en bonne santé de poser ses mains au-dessus de sa tête afin de régulariser les énergies de son cerveau.

Tâchez de transformer le surplus d'énergie accumulée en vous, surtout celui de la partie arrière du cerveau, car il est la cause d'une grande partie de vos états négatifs et maladifs. Accumulée derrière les oreilles et autour des tempes, l'énergie rend l'homme très nerveux, irrité, excité, prêt à se bagarrer, prêt à injurier les autres pour un rien.

Ceux qui possèdent une bonne maîtrise d'eux-mêmes sont en mesure d'assimiler le surplus d'énergie accumulée dans leur corps, contrairement aux neurasthéniques qui ne peuvent pas l'utiliser et la laissent s'échapper et se disperser.

Quelle est la cause des maladies? C'est l'affaiblissement de l'énergie vitale qui se dégrade en énergie potentielle ou passive. Pour guérir il faut transformer l'énergie potentielle en énergie cinétique. C'est possible par différents remèdes qui stimulent l'énergie passive. Quelquefois les Bulgares guérissent l'homme fiévreux en lui versant de l'eau froide sur le corps. La très forte réaction qui suit transforme l'énergie stagnante et le malade guérit.

La toux est un refroidissement et ceci constitue une perte de la force vitale initiale, d'où la diminution des vibrations dans lesquelles la santé peut s'entretenir. Élevez votre pensée vers Dieu, reliez-vous à Lui, à Sa force et la toux va disparaître. Un seul Médecin existe dans le monde, tous les autres sont Ses assistants.

La toux vient toujours quand l'organisme est démagnétisé. La démagnétisation peut être partielle ou générale. Si quelqu'un tombe malade, sa gorge, ses poumons ou bien tout son corps est démagnétisé. Dans ce dernier cas, une très grande fatigue est ressentie et il faut rétablir le magnétisme dans tout l'organisme.

Si vous avez pris froid, si vous attrapez un rhume, cherchez la cause et vous allez constater que le problème provient de la prédominance des énergies négatives. Il ne vous reste rien d'autre à faire que de les transformer en énergies positives. Chaque maladie est due aux surplus d'énergies négatives. Si vous n'êtes pas en mesure de les transformer en énergies positives, trouvez des issues pour les rejeter à l'extérieur. L'énergie négative est un visiteur non invité dont vous devez savoir vous libérer.

Quand l'énergie de son organisme se dirige vers le centre de la terre, l'homme se rend malade. Pour guérir, il doit réorienter ses énergies vers le centre du soleil.

Si le double éthérique d'un homme sort et rentre comme il faut, alors son estomac fonctionne bien, son cerveau est en bon état et la personne est en bonne santé.

La plupart des indispositions viennent d'une anomalie du cerveau. C'est pourquoi votre préoccupation première est de régulariser vos énergies cérébrales pour les faire bien circuler. Mettez souvent vos mains au-dessus de la tête ou passez-les dans vos cheveux, comme pour vous peigner.

Beaucoup de maladies sont dues à la tension provoquée par l'électricité ou le magnétisme naturels sur certains organes. Quand quelqu'un se plaint de maux de tête, de cœur ou de poumons, c'est la tension de l'électricité atmosphérique qui se répercute sur ses organes. Parfois c'est le magnétisme en surplus qui engendre certains états maladifs. En étudiant notre organisme, on comprend que la plupart des indispositions corporelles viennent des influences atmosphériques.

Les changements qui se produisent sur la terre se produisent aussi dans le corps humain. Une grande partie du corps est composée d'eau et beaucoup d'êtres souffrent du manque d'eau. Si l'eau diminue, la vie diminue aussi.

Le manque d'eau refroidit les organes, le surplus les réchauffe trop. En conséquence l'équilibre thermique dépend de la quantité d'eau dans l'organisme.

L'insuffisance d'eau rend l'homme nerveux et desséché, sujet à l'irritation et à l'agressivité. Comment faut-il réagir? Par l'eau chaude. Prenez de l'eau chaude et commencez à boire cuillerée par cuillerée. Si vous n'avez pas d'eau chaude à votre disposition, essayez même avec l'eau froide. Observez après combien de cuillerées le calme revient.

On a constaté que certaines maladies comme l'hydropisie, la pleurésie et d'autres sont dues au surplus d'eau dans l'organisme. L'augmentation de la température du corps donne la possibilité d'éliminer ce surplus d'eau. De même s'il y a un surplus de fer, il est indispensable de mettre le malade dans de telles conditions psychiques que le fer fonde et soit éliminé.

Toutes les maladies sont dues à la dysharmonie entre le système sympathique et le système cérébro-spinal.

Vous dites que le système nerveux est déréglé, je dirais plutôt qu'il n'est pas déréglé mais bloqué. Vous dites : «J'ai mal à l'estomac.» Pourquoi? Les nerfs de la mœlle épinière qui véhiculent l'énergie vers l'estomac et le ventre sont bloqués. Exposez votre colonne vertébrale au soleil pour les débloquer. S'ils restent bouchés, les maux persisteront inévitablement. Les maladies apparaissent quand les énergies n'ont pas la voie libre. Les blocages surviennent non seulement dans le corps physique mais aussi dans les corps subtils.

La force contenue dans l'azote est liée au système nerveux et au cerveau, c'est pourquoi si l'azote diminue, l'homme commence à ressentir de l'inquiétude. Quelqu'un devient fou ou est frappé d'apoplexie, c'est à cause du manque d'azote! Il se produit un abaissement des forces d'azote dans la substance cérébrale qui provoque la perte d'équilibre de l'organisme. La circulation sanguine se fait mal, le sang qui arrive en surplus dans la tête ne s'évacue pas, bloque les centres cérébraux et l'homme est frappé d'apoplexie, des organes se paralysent.

Les maladies qui envahissent les hommes proviennent des fautes passées et présentes. Rien ne reste impuni. Les microbes qui se répandent aujourd'hui ne sont rien d'autre que les poisons de la peur et de la haine qu'ont éprouvées les bœufs, les brebis, les poulets quand l'homme les a tués. Cela est-il possible? Oui, c'est possible! Comme une parole outrageante empoisonne et détruit l'organisme

humain, de même la peur et la haine des animaux que l'homme abat produisent un effet semblable sur lui.

Il faut savoir que l'organisme est prédisposé à attirer tel ou tel microbe qui lui correspond. Ce dernier devient alors son associé et commence à puiser ses énergies. Sans s'en apercevoir, l'homme se rend malade et devient sa victime. Il est impossible qu'un microbe se niche dans votre corps si vous n'êtes pas en correspondance avec lui.

Plus la quantité d'or dans le sang d'un homme est grande, meilleure est sa santé. Pour l'augmenter il doit mener une vie pure, noble. L'or est le symbole du soleil, de l'énergie, de la santé et de la pureté. Par contre l'insuffisance ou le manque d'or organique dans le sang provoque des maladies.

La prédominance du fer dans le sang produit une certaine forme de pensée, celle du cuivre en produit une autre. En général chaque élément, le fer, le cuivre, l'étain, le plomb, l'argent, l'or, qui entre dans la constitution du corps produit des influences spécifiques sur les pensées et les sentiments humains. Par exemple la fatigue et l'anémie proviennent de l'insuffisance de fer dans le sang. Lorsque la pensée d'un homme est passive, cela montre qu'il a peu de phosphore dans son sang.

Chaque dérèglement du corps physique, soit dans le système sympathique, soit dans le système nerveux cérébral, montre l'insuffisance ou l'absence de certains éléments dans le sang. Les éléments manquants ne sont pas seulement fournis par la bouche et la nourriture, mais par les pensées et les sentiments.

Si vous observiez la main humaine avec l'œil d'un clairvoyant, vous remarqueriez une autre main plus claire et plus fluide qui est le double de la main physique. Tant que le double de la main agit bien, la main physique est normale. Si le double est handicapé par quelque chose, la main physique devient aussi handicapée.

Comme la main, tout le corps possède aussi son double spécifique. Si pendant la vie le double éthérique se détache partiellement ou totalement du corps physique, apparaissent des maladies et des handicaps divers. Par exemple la paralysie générale ou partielle est due à une sorte de dédoublement, une séparation entre le corps et le double éthérique. Ce dédoublement provient de la mauvaise réception des énergies par les membres, les pieds, les mains.

Le corps physique vit grâce à son double éthérique et si l'accord, les rapports entre le corps et le double ne sont ni bons, ni harmonieux, des états maladifs prennent naissance. Le double éthérique est un instrument, un médiateur par lequel se révèlent les forces de la Nature. Dans la partie frontale du cerveau se trouve une sorte de filaments blancs par lesquels l'activité de l'intelligence humaine, reliée au double éthérique, se manifeste. En fait la cause principale des maladies est le désaccord entre ces deux corps.

Si quelqu'un perd connaissance, cela montre que momentanément le contact entre le corps et son double est rompu, le lien est coupé.

Les souffrances, plus précisément chez les gens spirituels, sont dues à leur sensibilité excessive. Leurs doubles éthérique et astral se déplacent hors du corps plus que la normale. En conséquence ils reçoivent plus d'impressions et de ce fait souffrent souvent davantage.

Tout le corps humain, intérieurement et extérieurement, est enveloppé d'une matière spécifique nommée «matrix». Quand la matrix est saine, l'homme se sent bien disposé, fort et il se porte bien.

Dès qu'apparaît une faille dans la matrix, de nombreux processus chimiques interviennent dans l'organisme qui provoquent des états maladifs. L'entretien de pensées superficielles, artificielles, de doutes, de soupçons et de calomnies sont à l'origine des failles dans la matrix.

Beaucoup d'états maladifs ou d'indispositions sont dus à la contraction et à la dilatation excessives des capillaires, sous l'influence de l'électricité et du magnétisme naturels. À l'origine de cette pathologie on trouve les pensées et les sentiments négatifs de l'homme. Chaque mauvaise pensée, chaque mauvais sentiment et chaque mauvaise action rétrécit les capillaires et perturbe les courants magnétique et électrique de l'organisme qui circulent dans des méridiens spécifiques et à un rythme particulier. Quand le mouvement des lignes formées par les méridiens ainsi que leur rythme changent, un désaccord se produit dans l'organisme et l'homme se rend malade.

Tâchez d'accorder tous vos mouvements, ceux des yeux, des mains, du corps entier. Prenez garde aux mouvements dysharmonieux, artificiels et étrangers ainsi qu'aux imitations car ils dérangent l'organisme, de même la nourriture malpropre ou de mauvaise qualité. Observez les petits enfants, jusqu'à l'âge de six à sept ans leurs mouvements sont beaux, naturels, mais ensuite entre sept et quatorze ans leurs mouvements commencent à devenir artificiels, ce qui provoque souvent des maladies chez eux.

La démarche de l'homme contemporain n'est pas bonne. En marchant il secoue son corps et ainsi provoque des chocs sur la mœlle épinière, qui se transmettent au cerveau et de là se répercutent sur tout le système nerveux. Et après on se demande pourquoi l'homme est tellement nerveux!

Les yeux s'affaiblissent quand l'homme les exerce mal. La plus grande partie des gens ne regardent pas comme il faut. Certains ouvrent grand les yeux mais cela ne veut pas dire que leur observation est bonne. Quand vous voulez voir quelque chose, il ne faut pas tourner la tête mais diriger plutôt votre regard dans cette direction. Dirigez les yeux vers le bas, vers le haut, sur les côtés, dans la direction de l'objet observé.

La respiration faible est une des causes des rhumes. S'ils se répètent souvent, cela démontre que dans le processus respiratoire existent certaines irrégularités, soit dans le rythme, soit dans la quantité d'air inspiré. Dès que la respiration s'améliore le rhume s'arrête. C'est un signe naturel pour que l'homme se mette au travail afin de régulariser sa respiration. S'il ne fait pas attention à ce signal, la fièvre survient.

Certains se plaignent de ne pas pouvoir respirer librement ou d'avoir un rythme irrégulier du cœur. Ils vont chez le médecin, prennent des médicaments, mais rien à faire! En fait la cause est dans le diaphragme qui remonte haut et comprime l'estomac, presse sur les poumons, gêne le cœur et provoque une souffrance dans tout l'organisme. C'est pour cela que vous devez exercer votre respiration, bien remplir vos poumons de façon à bien positionner le diaphragme.

Vous souffrez parce que vous êtes en dysharmonie avec les couleurs. L'insuffisance d'une couleur dans l'organisme est la cause des maladies chez l'homme. S'il lui manque la couleur rouge de l'amour ou le jaune de la sagesse ou le bleu de la vérité, l'homme va certainement tomber malade. C'est pourquoi il faut introduire cette couleur aussi bien dans votre organisme que dans votre psychisme, c'est-à-dire dans la vie intellectuelle, émotionnelle et spirituelle.

La science de la future humanité, qui est la science de la sixième race, commencera précisément par la loi de la coordination. Chaque organe humain doit être coordonné avec tous les autres.

Par la loi de la coordination, il est prévu que l'homme effectue chaque jour des marches de deux, trois, quatre, cinq et même dix kilomètres. S'il prend peur et ne fait pas ce que la Nature exige de lui, il ne se passera pas beaucoup de temps avant qu'elle lui donne rapidement des leçons. Ensuite la Nature a préconisé une nourriture bonne, saine et simple. Elle a déterminé aussi le nombre de respirations par minute. Certains reçoivent l'air d'une manière désordonnée, leur respiration est irrégulière, ce qui entraîne un désaccord entre les organes. S'il n'existe pas une complète coordination entre tous les organes, les états maladifs apparaîtront.

Le diagnostic

Chaque ligne de la main, chaque trait du visage, chaque centre sur la tête sont des écrits témoignant de la vie et des activités de l'homme depuis son passé lointain jusqu'à aujourd'hui.

Définir le diagnostic dix ans avant l'apparition d'une maladie est un art qui permet de prendre des mesures préventives. Cet art est accessible seulement au médecin qui connaît la science ésotérique. C'est avant que quelqu'un devienne gros qu'il faut lui dire quoi faire.

Les sciences comme la chiromancie, la phrénologie, la morpho-physionomie, la graphologie, la Kabbale et tous leurs dérivés seront étudiés en profondeur. Ces sciences qui aujourd'hui ne sont pas reconnues, résoudront les problèmes dans l'avenir.

De nos jours, si les médecins connaissaient ces sciences, il ne serait pas nécessaire d'ouvrir le cerveau ou l'estomac de l'homme pour poser le diagnostic d'une maladie. Seulement une observation de l'iris de l'œil ou une étude de la main, des ongles ou bien l'analyse de l'horoscope seraient suffisantes pour définir la maladie ainsi que les causes de son apparition.

Vous pourriez vous aider vous-même, prévoir et éviter certains états qui vous attendent avant de tomber malade. Par exemple, la science nommée phrénologie peut vous orienter dans la connaissance du diagnostic et de la prédisposition à certaines maladies en se basant sur les mesures de la tête et du corps, et les rapports entre ses différentes parties.

Il existe certaines correspondances entre les organes et les parties du corps, par exemple la largeur de la base du nez et l'aspect des tempes montrent quelle est la nature du tempérament (sanguin, colérique, flegmatique, nerveux). La largeur des narines est en rapport avec la largeur de la main ainsi qu'avec la largeur du visage. La constitution de l'estomac a un lien avec la constitution des doigts. Celui qui comprend la loi de la correspondance peut définir l'état d'un organe par rapport à un autre.

On ne doit pas comprendre l'acte de boire et de manger seulement comme un processus physiologique mais aussi comme un processus mental et émotionnel. Celui qui «mange» en excès dans un domaine qu'il soit physique, mental ou émotionnel, souffrira en conséquence dans ce domaine.

Si vous avez commis une faute, vous ressentirez une douleur soit à l'estomac, soit aux poumons, aux pieds, aux doigts, à la colonne vertébrale ou au foie. La localisation des maladies dans le corps donne une indication sur la faute commise.

Chaque transgression des lois du monde physique produit un dérangement dans l'estomac, le ventre et l'intestin grêle. Chaque transgression des lois spirituelles provoque des problèmes dans les

poumons et le cœur. Chaque transgression des lois du monde mental amène un dérèglement dans la tête.

Quand je regarde vos yeux, je pense à votre vérité. Quand j'observe vos oreilles, je pense à votre sagesse, quand je regarde votre bouche, je pense à votre amour, quand j'observe vos bras et vos mains, je pense à la justice avec laquelle vous travaillez. Quand je vois vos jambes et vos pieds, je pense à vos vertus.

Il suffit de voir la main d'un homme pour savoir combien de temps il vivra sur la terre. Les lignes de la main, leur longueur et leur largeur déterminent la durée de la vie. Celle-ci est indiquée aussi par la grandeur et la largeur du nez. L'ouverture des narines permettant une meilleure inspiration est un facteur de longévité. Moins grande est la quantité d'air inspiré, plus faible est l'oxygénation du sang. De ce fait se produit plus d'acidité carbonique et donc plus de résidus et plus de maladies.

Des lèvres très minces montrent que l'homme a freiné ses émotions, qu'il ne peut pas donner beaucoup. Cet homme-là n'aime pas tellement manger ni se faire plaisir.

Les cellules qui forment vos deux lèvres sont intelligentes. Il ne faut pas tenir vos lèvres très serrées ni trop relâchées ou ouvertes. Elles doivent être à peine collées et libres, détendues. De même pour les yeux. Ne regardez pas des choses désordonnées ou des images laides, affreuses. N'allez jamais regarder comment on tue des animaux ou comment sont commis des meurtres ou des délits.

S'il était possible d'observer à la loupe le système nerveux ou les yeux d'un homme dont le niveau mental correspond aux notions de l'Ancien Testament, et de les comparer avec ceux d'un homme dont le niveau de conscience correspond au Nouveau Testament, vous constateriez une très grande différence dans leur constitution.

On peut connaître le passé, le présent et le futur d'un homme à ses yeux. Tout ce qui peut se produire chez un homme est écrit dans son œil. Les indices concernant ses qualités et ses talents, mais aussi les épreuves, les souffrances et les maladies par lesquelles il passera, tout est écrit dans l'œil.

Le changement d'intensité de la couleur des yeux est en rapport avec l'état de l'intellect. En réalité, l'affaiblissement des vibrations du cerveau provoque ce changement et se reflète sur l'éclat des yeux et leur couleur. L'état des yeux sert pour le diagnostic de l'état mental, il permet aussi de constater l'état du cerveau. Les yeux sont le miroir de la vie intérieure de l'homme.

Parfois dans les yeux apparaissent des taches comme sur le soleil. On peut diviser l'œil en 12 cercles qui représentent les 12 signes zodiacaux en mouvement. De même que les taches sur le soleil sont la cause de catastrophes et de souffrances terrestres, les taches de l'œil sont des indications pour diagnostiquer différents états maladifs. Les taches, les opacités, les voiles que l'on peut voir dans l'œil indiquent certaines maladies qui peuvent se révéler dix ou vingt ans plus tard. Celui qui comprend la science de l'œil est en mesure d'éviter ces maladies.

Quand j'observe vos oreilles, je peux savoir combien de temps vous vivrez, de quelles maladies vous souffrirez et de quoi vous mourrez. Je peux le savoir aussi grâce à l'étude des ongles. Tout est écrit sur l'homme comme dans un livre.

Il existe des médecins qui diagnostiquent par l'étude de la main et des ongles. Ils ne reconnaissent pas seulement l'état présent du malade mais ce qui peut lui arriver dans l'avenir. Avant

qu'il ne devienne malade, l'homme est averti par l'apparition de taches sur ses mains et ses ongles, ce qui prouve que rien n'est caché.

Observez vos ongles pour prévoir vos états maladifs. Une tache blanche sur un ongle signifie une indisposition ou un dérangement qui peut se manifester en maladie. Les taches sur la main gauche ont une signification, sur la main droite une autre. En général elles montrent une grande tension du système nerveux qui conduit à la maladie. Dès que vous remarquez leur apparition sur vos ongles, prenez des mesures. Introduisez dans votre esprit une idée sublime, grandiose, capable de calmer le système nerveux.

Les taches blanches apparaissent aussi dans des moments de grande perturbation de l'âme. Il n'y a rien de grave mais ce sont des signes qui vous invitent à prendre des mesures contre les états maladifs qui vous menacent.

Les taches blanches sont semblables aux taches solaires. Plus nombreuses sont les taches sur le soleil, plus celui-ci émane d'énergie, plus il y a d'abondance dans la Nature. Il en est de même pour l'homme. Celui qui a des taches blanches sur ses ongles est excessivement actif, il dépense plus d'énergie et en conséquence s'épuise trop. Pour se libérer de ces taches il doit apprendre à concentrer son intellect et à maîtriser sa pensée. Ainsi en deux ou trois mois il pourra rétablir son calme et éliminer les taches.

Si vous avez mal à la tête, c'est l'estomac qui est en désordre. Tête et estomac sont liés. Les méthodes de leur guérison sont si simples que chacun peut les appliquer facilement.

Un homme dont le cou est trop large, mesurant par exemple 42 cm, est exposé à l'apoplexie. Il doit faire quelque chose pour diminuer la largeur de son cou. Pour une taille de 1 m 65, le tour du cou doit mesurer 36 cm. Si par contre il diminue trop, à moins de 29 ou 30 cm, la personne est exposée à un autre danger et devrait mieux se nourrir.

En observant les pommettes, vous pouvez comprendre l'état de l'estomac. Si le visage sous les pommettes est creux, l'estomac est faible.

Pour comprendre quel est l'état du foie, observez la couleur du visage, la lumière des yeux et leur vivacité. Tout cela contribue à la beauté du visage. Quand le foie fonctionne bien, le visage a une couleur rose agréable.

Le nez des gens nerveux devient trop pointu, ceci ne doit pas se produire. Avoir un intellect éveillé et aiguisé, c'est très bien, mais pas un nez trop pointu.

Une des méthodes simples pour déterminer la longueur de la vie est la suivante : posez votre doigt sur la peau et appuyez légèrement. Si la peau se creuse un peu et que la marque persiste, cet homme-là ne vivra pas longtemps mais si la marque disparaît aussitôt, il a de l'énergie et vivra longtemps.

Un excès de fer dans le sang rend irritable et agressif, trop de plomb rend soupçonneux, trop de cuivre donne de l'instabilité dans les sentiments. La présence d'or ne provoque pas de malheurs ou de souffrances mais engendre le désir de posséder, le besoin d'accumuler de plus en plus. Chez l'homme tous les éléments existent dans le sang, dans le système nerveux et dans les cellules mais de manière disproportionnée et c'est précisément pour cela qu'apparaissent de multiples dissonances. Chacun doit donc savoir comment se régénérer et neutraliser l'influence négative de certains éléments dans son organisme.

Si un homme est inspiré par un idéal, il marche droit. Dès qu'il devient matérialiste, il commence à se pencher vers la terre. Quand il perd confiance en lui et en ses proches, il commence à se courber. Si quelqu'un est voûté, cela montre toujours un défaut de l'intellect. Chaque déviation, chaque déformation de la colonne vertébrale montre un certain défaut de caractère. Sa position normale est verticale.

L'homme bon est enveloppé d'un vêtement magnétique qui ne laisse pas passer le froid. Si les pieds se refroidissent facilement, la bonté est faible. Si les mains se refroidissent, c'est la justice qui est faible. Si les yeux ne voient pas bien, cet homme a transgressé quelque part la vérité et si les oreilles entendent mal, c'est la sagesse qui est déficiente. Les mains moites montrent que les sentiments ne sont pas naturels et spontanés. Si elles sont sèches, c'est l'intelligence qui n'est pas au point.

Si vous portez un diamant et qu'il s'assombrit, cela montre que vous êtes malade. Les pierres sont contaminées par les hommes.

L'homme peut lire non seulement dans les traits du visage mais aussi dans les couleurs qui l'entourent. C'est un pouvoir réservé au clairvoyant et non à l'homme ordinaire.

Plus l'homme est en bonne santé, plus il est spirituel. Plus son esprit est élevé, plus l'aura qui émane de lui est lumineuse et agréable. Quand on tombe malade, l'aura s'assombrit. Cet assombrissement peut être partiel ou total. La partie sombre dans l'aura correspond à l'organe malade. En renforçant sa pensée et en intensifiant ses vibrations, l'homme peut rétablir la lumière dans sa tête, dans son estomac, dans les organes atteints d'une maladie et ainsi les guérir.

Les corps célestes et la santé

Aujourd'hui on considère les planètes comme des symboles mais, dans l'avenir, l'homme atteindra un grand développement qui lui permettra de pénétrer dans leur sens profond et de comprendre leur secret. Il ignore encore que les planètes sont des êtres vivants, supérieurement intelligents, directement liés à la vie terrestre et aux humains qu'elles influencent. L'homme ne possède pas encore la science des astres et la connaissance des êtres qui les peuplent.

Toutes les planètes sont des transformateurs de l'énergie divine pour toutes formes de vie. Chaque planète est peuplée par des êtres intelligents et conscients. Les Jupitériens ont de la dignité, de l'amour-propre, ils sont fiers mais miséricordieux. Les Saturniens sont des philosophes, ils sont profonds mais soupçonneux, ils possèdent le sens critique mais doutent toujours. Ils sont parmi les habitants les plus anciens du système solaire, après Uranus et Neptune qui sont antérieurs à Saturne.

Les systèmes respiratoire, digestif, nerveux, chaque partie du corps ont été créés sous l'influence des planètes, chacun dans des conditions différentes et en des temps différents. Par exemple les mains sont sous l'influence des Gémeaux et de Mercure, les pieds sous l'influence des Poissons et de Jupiter, les poumons sous l'influence du Cancer et la tête sous l'influence du Bélier.

Les hommes d'aujourd'hui doivent étudier la dynamique du corps humain en rapport avec les influences planétaires s'exerçant sur lui. Ainsi l'homme comprendra que certaines de ses cellules se trouvent sous l'influence du Soleil, d'autres sous l'influence de Sirius, les troisièmes sous l'influence de Jupiter, etc. En général plus l'être humain est lié avec des êtres et des planètes supérieurs, plus la matière de son corps est élaborée et évoluée. Plus la matière de son corps est élaborée, plus sa vie est

noble. Le niveau du développement humain est déterminé par la matière de son organisme. La vie humaine se manifeste par la matière.

Plus l'intelligence humaine se développe, plus l'homme se lie avec les étoiles et les planètes. Quand l'homme saura canaliser et utiliser les influences de tous les Soleils du cosmos, il atteindra la perfection.

Le cerveau humain renferme un soleil unique autour duquel se meuvent toutes les planètes. Ce que l'on voit dans le ciel existe aussi dans le cerveau. Ce que l'on nomme mouvement des forces et des centres énergétiques du cerveau n'est rien d'autre que l'action des planètes sur le cerveau.

Presque toutes les planètes sont en correspondance avec des points dans le cerveau humain. Jupiter est situé au centre de la tête, là où est la fontanelle, Saturne se trouve des deux côtés supérieurs de la tête, Vénus est dans la partie frontale supérieure et au niveau de la nuque, Mars dans les deux parties de la tête au-dessus des oreilles. Jupiter donne de la hauteur à la tête et rend l'homme actif. Saturne augmente l'intellect, la raison et la conscience. La Lune donne un élargissement du front, Mars aussi. Toutes les planètes y compris la terre et les étoiles influencent le cerveau.

Les énergies solaires organisent le cœur et les poumons,

les énergies de Saturne, le foie et les os,

les énergies de Mars, la vésicule biliaire et les organes génitaux,

les énergies de Jupiter, l'estomac et le plexus solaire,

les énergies de Vénus, les reins,

les énergies de Mercure et de la Lune, le cerveau et les nerfs.

La Lune influence aussi les organes génitaux de la femme. La rate est conductrice de l'énergie solaire et se trouve sous l'influence du Soleil.

Jupiter gère le thymus, Mercure la thyroïde, Saturne et Uranus l'hypophyse, Neptune la glande pinéale.

Le Soleil influence principalement le plexus solaire et le système nerveux sympathique. Pour coordonner les énergies de son organisme, l'homme doit relier son système sympathique au système cérébro-spinal, ainsi que son système osseux à son système musculaire. Quand il ne peut pas donner une bonne expression à ses énergies spirituelles, il devient de plus en plus rude et grossier.

Le devoir de l'homme consiste à harmoniser les forces de son organisme et à établir des rapports justes avec tous les corps célestes. En raison de sa perception imparfaite des énergies de l'univers, il y a un surplus d'énergies dans certains endroits de son organisme et dans d'autres un manque. Cette distribution inégale crée ses malheurs, ses souffrances, son mécontentement. Même les énergies les plus subtiles accumulées en surplus peuvent créer des états pénibles.

Lorsque l'homme tombe malade, il doit se lier avec les énergies solaires et lunaires, soit directement, soit par l'intermédiaire des plantes et des minéraux qui sont de bons transformateurs des énergies du Soleil et de la Lune.

Le Soleil est un être vivant, un être collectif qui possède une Intelligence cosmique, la pensée l'habite. Sous l'influence du Soleil s'éveillent l'Intelligence cosmique de l'homme ainsi que sa

pensée, et quand l'homme s'éveille, le Soleil commence à penser à lui, il préserve sa santé et prolonge sa vie.

Le «lotus aux mille pétales» est relié au Soleil physique et c'est de lui que tout notre être reçoit ses énergies vitales. L'Esprit divin apporte de l'énergie au Soleil et celui-ci le transmet au cerveau, au larynx, au cœur, à l'âme. Le «lotus aux mille pétales» puise aussi dans certains rayons lumineux de Sirius et d'Orion.

Par ses couleurs et ses rayons lumineux, le «lotus aux mille pétales» exprime la splendeur céleste de toutes les planètes. Il est relié à des milliers de centres du cerveau, lesquels émanent une lumière de mille couleurs dont l'éclat est extraordinaire. C'est l'éclat le plus beau. De son côté, le Soleil est le représentant du «lotus aux mille pétales» pour le système solaire, lequel est dirigé par l'Esprit divin.

Les planètes sont en rapport avec certains éléments et plus spécialement avec les métaux. La Lune est en rapport avec l'argent, le Soleil avec l'or, Mars avec le fer. Si le sang ne possède pas suffisamment l'un de ces éléments, l'homme tombe malade. Dès que l'on apporte au sang la quantité nécessaire d'un élément, l'état de l'organisme s'améliore. Le manque d'éléments dans le sang peut être comblé non seulement par la nourriture mais aussi et surtout par les pensées et les sentiments. Parfois l'organisme éprouve le besoin de faire entrer dans son intellect certaines pensées et dans son cœur certains sentiments, c'est une nécessité absolue. Si vous connaissez cela vous saurez appliquer l'astrologie comme moyen d'autoéducation et d'édification de votre système nerveux. Ensuite par les pensées ou les émotions vous apporterez à votre sang tous les éléments qui lui manquent. C'est une science que vous étudierez non seulement en théorie mais aussi en pratique. De pareilles connaissances s'acquièrent peu à peu.

Les plantes et les fruits contiennent des énergies en rapport avec les planètes qui les influencent. Par exemple la cerise est sous l'influence de Vénus. Les planètes, de leur côté, sont reliées avec les étoiles du zodiaque. Si d'une manière ou d'une autre vous voulez exercer une influence sur votre caractère et sur votre organisme, alors utilisez la nourriture adéquate qui vous donnera les énergies souhaitées. Dans l'avenir l'homme se nourrira conformément aux planètes qui dirigent les jours. Le lundi on mangera la nourriture qui est sous l'influence de la Lune, le mardi celle qui est sous l'influence de Mars, etc.

Si vous connaissez l'influence des planètes et des astres sur l'homme, spécialement celle du Soleil, vous établirez de bons rapports avec eux. Si l'homme est en harmonie avec le Soleil, il sera en harmonie avec la Lune et la terre. La bonne influence du Soleil améliore l'état du sang artériel. L'influence du Soleil sur la qualité du sang artériel est assurée par l'harmonie entre les pensées et les sentiments de l'homme. Le Soleil élève les pensées et les sentiments humains, ainsi le sang se purifie. Inversement si les pensées et les sentiments de l'homme sont en harmonie avec les énergies du Soleil, de la Lune et de la terre, l'homme se réjouit de la vie et bénéficie de ses bienfaits.

Chaque blocage au niveau des sentiments apporte une anomalie du cœur, par conséquent le pouls se dérègle. Pour rétablir le fonctionnement du cœur, l'homme doit rétablir l'harmonie avec la Nature et lier son cœur avec la pulsation du grand Cœur cosmique. Chaque système planétaire possède son propre cœur, lequel de son côté est relié au cœur cosmique. Le cœur de notre système solaire est le Soleil, ses ondes rythmiques déterminent le mouvement rythmé de notre cœur et de notre sang. Pour vous relier à elles, faites matin, midi et soir pendant dix jours une courte méditation pour vous centrer sur vous-même et dites : «Je veux que le battement de mon cœur soit rythmique, qu'il se fusionne avec le pouls solaire et qu'il envoie ses énergies dans le monde entier.»

Les jeunes n’ont pas encore construit les organes spirituels au moyen desquels les planètes Saturne, Uranus, Mercure, etc. pourraient agir sur eux de manière bénéfique. C’est pourquoi dès qu’ils sont sous leurs influences, ils utilisent ces forces spirituelles pour des besoins physiques. En conséquence ils deviennent plus rustres. Si l’homme ne peut pas donner une bonne direction à l’expression de ses forces spirituelles, assurément il deviendra plus grossier et moins subtil. Par des efforts physiques il est impossible d’obtenir des acquisitions spirituelles.

Quand on vient sur la terre il faut très bien connaître l’astrologie et savoir quelle année, quel mois, à quelle heure, quelle minute et même quelle seconde se réincarner. Si vous n’êtes pas né au bon moment vous n’obtiendrez pas de grande satisfaction dans votre vie ni dans le résultat de vos activités. Cela ne veut pas dire que la Nature refuse d’apporter son aide, mais qu’il existe un décalage entre le choix du moment où vous êtes venu au monde et les influences planétaires.

Quand le malade veut guérir, qu’il regarde la Lune pendant sa phase décroissante et qu’il se lie à elle. En Lune croissante, c’est mieux de fermer les volets pour éviter l’entrée de la lumière lunaire dans sa chambre. Les malades, mais aussi les personnes en bonne santé, doivent s’exposer à l’influence bénéfique de la lumière solaire le matin.

Quand un enfant tombe malade en période de Lune décroissante il va vite guérir. S’il tombe malade quand le Soleil passe dans l’hémisphère sud, après le 22 septembre, il va aussi vite guérir. Mais même avec de telles conditions bénéfiques, la mère risque d’aggraver la situation par ses pensées négatives, ses inquiétudes et ses angoisses.

Le vieillissement

Actuellement un des buts de l’homme est de prolonger sa vie.

Après la chute, l’homme a raccourci sa vie, il doit maintenant travailler pour la rallonger et revenir à son état de départ. Par conséquent, s’il veut prolonger son existence il doit mener une vie simple, saine, sans influences étrangères, sans apports sophistiqués. Si vous rencontrez un tel homme, vous constaterez que sa vie est simple, il est humble dans sa tenue vestimentaire, sa nourriture et ses rapports.

Le vieillissement est-il un processus naturel? Non, le vieillissement n’est pas naturel. L’homme vieillit pour la seule raison qu’il ne respecte pas l’équilibre qui lui est nécessaire.

Le vieillissement est une pathologie terrible. Seulement les pensées au sujet de la vieillesse sont déjà comme des microbes qui, en contaminant l’homme, le font vieillir. De tels microbes sont comme des termites qui dévastent tout ce qui est sacré dans l’homme et lui laissent seulement les os.

Les hommes sentimentaux vieillissent plus vite que ceux qui ont une pensée juste.

La durée de la vie dépend des rapports de l’être humain avec la Cause première, avec ses proches et avec lui-même. La ligne de sa vie, longue ou courte, est déterminée par lui-même.

Quand vous étudiez la loi de l’hérédité, vous constatez que des générations entières ont des vies courtes et d’autres des vies longues.

Les enfants nés de parents issus de familles ayant des lignes de vie longues vivront aussi longtemps, et inversement. Actuellement la durée de vie d’un homme est prévue à 120 ans. S’il quitte

son corps - son vêtement usé - avant, on peut dire qu'il est parti prématurément. Le travail le plus important pour sa propre élévation et pour l'évolution de toute l'humanité s'effectue entre l'âge de 50 à 120 ans.

Celui qui éprouve de la haine devient plus énergique, plus audacieux, plus arrogant, ses muscles durcissent, son visage devient plus grossier, plus dur. L'aspect de celui qui a de l'amour est empreint de douceur, de finesse, sa vie se prolonge, son corps reste plastique, les muscles gardent leur élasticité.

Le soleil a une forte influence sur la vie humaine et s'il est bien aspecté dans un horoscope la durée de la vie est longue.

Si on pense à soi-même sans amour, on vieillit. Si on pense à sa maison, à son bétail, à sa femme sans amour, on vieillit. Si on pense à ses enfants sans amour, on vieillit.

Les tristesses prolongent la vie. Si elles n'existaient pas, la vie humaine serait plus dure et plus courte que maintenant. Plus le niveau de développement intellectuel de l'humanité est élevé, plus grandes sont ses souffrances.

Celui qui accepte la souffrance avec joie vivra longtemps. Le jeune homme qui reste fidèle à son amour vivra longtemps. Celui qui ne mélange pas les aliments vivra longtemps.

Si vous savez comment souffrir vous rajeunirez. Vous vieillissez parce que vous fuyez vos souffrances sans les apprécier, mais si vous n'appréciez pas la joie vous vieillirez prématurément aussi. Il en est de même si vous n'avez pas remercié pour tout le bien qui s'est présenté à vous.

La longueur de la vie dépend du volume pulmonaire et de la quantité d'air reçue par la respiration. Par ailleurs dans la Nature existe un pouls, un rythme qui entretient la vie. Le fait que le cœur ait parfois un rythme irrégulier, soit trop rapide, soit trop lent, dépend de ce pouls cosmique.

Les transgressions entraînent le vieillissement. Le mécontent, le bavard, celui qui accuse les autres, celui qui se plaint sans arrêt vieillit plus vite. Les gens vieillissent par ignorance, par trop d'inquiétude, par une mauvaise nutrition, par des sentiments excessifs.

Le processus de vieillissement concerne le corps et non l'intellect humain qui, au contraire, rajeunit. Quand le corps vieillit, l'intellect rajeunit. La vieillesse est soumise à la loi de rajeunissement de l'esprit.

Si vous haïssez quelqu'un, vous raccourcissez votre vie. Allez vous réconcilier pour rallonger votre vie. Si vous arriviez à aimer tous ceux que vous avez méprisés jusqu'à présent, en faisant tous les sacrifices pour cela, vous resteriez en vie longtemps. Celui qui hait son père ne vivra pas longtemps.

Si vous commencez à vous contrarier, à vous irriter pour un rien, vous entrez déjà dans la vieillesse.

Si votre langue devient blanche, vous vieillissez. Si votre langue est rose, vous rajeunissez. La langue blanche montre que la digestion n'est pas bonne. Faites le nécessaire pour y remédier en nettoyant votre estomac et votre langue retrouvera sa couleur.

Si le plexus solaire, le système cérébro-spinal et le système sympathique ne fonctionnent pas bien, des cernes foncés se forment autour des yeux. Un foie trop irrité produit le même effet. Le foie est un laboratoire naturel où prennent naissance tous les sentiments inférieurs. La mauvaise humeur

provient du foie. Le foie a deux fonctions : d'une part il facilite la digestion, et d'autre part il aide à maîtriser notre nature animale. Pour cela il doit bien fonctionner.

Très souvent les gens âgés souffrent à cause de l'impureté de leur sang qui provoque notamment une tension élevée. Celle-ci est due à une accumulation de sang dans les veines qui perturbe la bonne circulation. Ces gens-là vieillissent prématurément. Moins vos pensées seront négatives, moins vous aurez de sang impur. Les bonnes pensées nourrissent le sang artériel.

De quoi faut-il s'abstenir pour prolonger sa vie? En premier, de manger trop. Il faut toujours sentir un peu la faim après avoir mangé, ainsi il reste une réserve d'énergie inutilisée qui renouvelle l'organisme. Manger trop raccourcit la vie. Pendant vos repas, adoptez une attitude de contentement envers la nourriture. Ne jamais s'empiffrer et manger toujours avec gratitude et satisfaction, voilà deux règles qui prolongent la vie.

Deux choses prolongent la vie : une nutrition sans excès, c'est-à-dire respectant un certain régime, et des souffrances normales. Tant que vous êtes tenté par la trop bonne nourriture, vous êtes sur le chemin de la mort.

Celui qui mange sans bien mâcher la nourriture abrège sa vie, celui qui mange vite aussi. Mâchez bien des deux côtés, avec toutes vos dents, à gauche et à droite. Quand vous êtes de mauvaise humeur, en colère ou malade, abstenez-vous de nourriture. Patientez jusqu'au rétablissement de la paix en vous.

Pour vivre longtemps, il faut connaître et comprendre la vie des plantes et savoir utiliser leur nectar.

La musique, les chants influencent le psychisme humain de manière bénéfique. Celui qui veut vivre longtemps doit chanter.

L'amour renouvelle la vie des cellules.

Le rajeunissement est un processus psychique intérieur. Dans le cerveau et le système sympathique, il existe des glandes spécifiques que l'homme n'est pas encore capable de diriger. Les scientifiques ne connaissent pas à ce jour le rôle de ces glandes, dans l'avenir, quand ils comprendront leur fonctionnement, ils pourront les utiliser comme moyen de rajeunissement.

L'homme peut rajeunir non seulement par des méthodes alchimiques mais aussi par sa pensée. La pensée lumineuse crée autour de lui une atmosphère agréable qui le rend apte à ressentir la beauté et la splendeur de la Nature vivante.

Jeune est celui qui est prêt à chaque instant à rendre service aux autres. Jeune est celui qui porte toutes ses difficultés et ses souffrances avec joie, celui qui étudie, celui qui ne ment pas, le courageux qui travaille, celui qui est juste et consciencieux.

Vous mangez du pain sans penser quel est son rapport avec la volonté. Vous buvez de l'eau sans comprendre son rapport avec la vie, ni son rapport avec votre cœur. Quand vous buvez de l'eau pour vous rafraîchir, dites : «Comme l'eau rafraîchit, que mes sentiments rafraîchissent le voyageur fatigué et assoiffé!» Si vous prononcez chaque jour ces paroles en buvant, votre cœur se renouvellera. C'est une des nombreuses méthodes dont la Nature se sert pour rajeunir l'homme et pour élever son esprit.

Ne gardez dans votre esprit ni vos défauts ni ceux d'autrui. C'est aussi une méthode de rajeunissement. Surtout ne retenez pas les défauts des autres car ils vous contaminent.

Celui qui sourit rajeunit. Celui qui étudie la Vérité divine ne vieillit pas.

Si vous arrivez à lire l'Ancien et le Nouveau Testaments jusqu'à 99 fois, vous rajeunirez.

Chaque matin en vous levant, prenez le lobe de votre oreille et massez légèrement l'os derrière l'oreille pour intensifier la circulation de l'énergie vitale.

Le jeûne est préconisé pour le renouvellement de l'organisme. Après le jeûne, utilisez le plus longtemps possible un seul aliment par jour qui ne demande pas beaucoup d'énergie pour la digestion et qui n'excite pas votre appétit. Ainsi vos poumons recevront plus du prâna de l'air et de l'eau, et vous profiterez mieux des sucs contenus dans la nourriture.

Vous voulez rajeunir? Alors si vous avez 50 à 60 ans, faites pendant une semaine l'expérience de vous dire chaque soir en vous couchant : «Demain, j'aurai cinq ans de moins qu'aujourd'hui.» Si vous réussissez à introduire cette pensée dans votre subconscience, à la fin de la semaine vous aurez réellement cinq ans de moins. Procédez de cette façon pendant plusieurs semaines, jusqu'à vous rajeunir à l'âge de 25 ans.

Si vous décidez de rajeunir, vous pouvez y arriver au bout de cinq ans maximum, en faisant l'expérience de vous dire chaque soir que le lendemain matin vous trouverez un cheveu brun de plus sur votre tête. Le soir suivant vous vous dites la même chose et réellement chaque matin, vous trouvez un cheveu brun de plus. Jour après jour, vous augmenterez la quantité de cheveux bruns au point de transformer tous vos cheveux blancs. Cela dépend de la force de votre pensée et de la puissance de votre foi.

C'est l'amour qui entretient la vie. En perdant l'amour, on commence à mourir. Les gens meurent du manque d'amour. Quelqu'un qui n'aime personne meurt aussitôt.

La mort n'est rien d'autre que de quitter son vieux vêtement pour en revêtir un nouveau. Il est impossible d'avoir un habit neuf et propre éternellement.

Si quelqu'un perd la moitié de son poids, il meurt. Si l'équilibre entre les forces de l'intellect et les forces du cœur est interrompu, la mort survient.

La mort est «l'huissier» au service des esprits karmiques qu'on appelle encore esprits-policiers. Ils assistent chaque défunt et se disputent son âme.

Il est déterminé pour chacun quand et comment il mourra.

Quand il meurt, l'homme laisse tout sur la terre sauf une seule chose : le «capital» investi dans son cerveau. Au moment de la mort, l'âme veille au-dessus de sa tête et attend son dernier soupir. Pendant toute la vie, elle a travaillé sur ce capital en l'organisant, en transformant l'inférieur en supérieur. Maintenant elle revient pour le récupérer et l'emporter. Elle prend seulement l'essence du cerveau.

GUÉRISON

Généralités pour les soins et les cures

Dans la nature humaine, il existe une chose qui a besoin d'un certain ébranlement intérieur. Chaque souffrance, chaque épreuve est donnée pour renforcer votre substance spirituelle. Sans épreuves, vous ne pourriez pas vous développer.

Il y a plusieurs méthodes de guérison. L'une d'elles est la guérison par la Nature elle-même. Laissez le malade entre les mains de la Nature, il ne se passera pas beaucoup de temps avant qu'il ne retrouve la santé. C'est la meilleure méthode.

La seconde méthode fait appel au médecin qui vient, recommande certains médicaments, et quelque temps après, l'état du malade s'améliore.

La troisième est la méthode divine. Par elle, le malade guérit tout de suite, instantanément.

Pour être en bonne santé, l'homme doit avant tout compter sur lui-même et sur le contact direct avec la Nature vivante. Elle l'aidera plus que les hommes. La première condition est la confiance inébranlable en Dieu, ensuite la confiance en la Nature, puis la confiance en soi-même, et enfin la confiance en ses proches.

Les médicaments les plus puissants sont la lumière, l'air, le Verbe divin. Ils sont le souffle de Dieu. Les plantes les reçoivent aussi et c'est pourquoi elles possèdent des propriétés médicinales dues à la lumière, à l'air, à l'eau et aux éléments nutritifs qu'elles absorbent. Dans l'avenir, si les médecins acceptent la guérison par des concepts et des méthodes naturels, ils obtiendront de très bons résultats. Un médecin sera conducteur de la lumière, un autre de l'air, un troisième de l'eau, un quatrième de la nourriture.

Si l'homme n'est pas doux comme les fruits, caressant comme l'eau, mobile comme l'air et la lumière, il ne pourra pas acquérir grand-chose. Dieu est entré dans le pain, les fruits, l'eau, l'air et la lumière. Ainsi, Il s'est sacrifié. Celui qui aime Dieu et Le perçoit comme une partie de lui-même, peut guérir. C'est pourquoi mangez avec amour, buvez avec amour, recevez la lumière avec amour!

L'homme est en contact avec Dieu par quatre moyens : par la lumière, par l'air, par l'eau et par la nourriture.

Retenez cette définition : l'homme doit s'aimer lui-même pour guérir son corps et aimer son prochain pour guérir son cœur. Celui qui veut réussir en toute chose dans son travail doit d'abord aimer Dieu. Toutes les bénédictions et toutes les richesses sont contenues uniquement dans l'amour envers Dieu.

Un jour, quand les hommes apprendront les lois de la lumière et de la chaleur, ils guériront toutes les maladies par leurs énergies. Il ne restera nulle part de maladie incurable.

Si vous suivez l'état d'un malade, vous constaterez que trois facteurs concourent à sa guérison : la Nature, le médecin et le malade lui-même. La Nature lui donne de l'aide à 50 %, le médecin à 25 % et le malade lui-même à 25 % et c'est à lui que revient le dernier mot. S'il ne participe pas lui-même au processus de guérison, l'aide de la Nature et du médecin restera sans effet, elle sera perdue.

Ce n'est pas une mince affaire de guérir les hommes. Quelquefois on soigne quelqu'un par une certaine méthode et au lieu d'une amélioration, il se produit une aggravation. En général, il est impossible de guérir tout le monde avec des moyens identiques. Pour chaque

malade, on doit utiliser des remèdes spécifiques. Dans le monde il existe autant de remèdes que de maladies. Donc, si vous voulez vous soigner comme il faut et en même temps être utile à vos proches, vous devez étudier la science qui dévoile les secrets de la Nature.

Si quelqu'un me demande : «Faut-il faire venir un médecin quand on est malade?», je lui réponds : «Ce problème est déjà résolu. Si vous vous conformez aux lois de l'ancienne culture, appelez le docteur, mais si vous respectez les lois de l'École initiatique, ne l'appelez pas!» Le médecin soigne et guérit les gens du monde mais, pour un disciple, la maladie n'est pas une chose fortuite, elle a sa fonction et son rôle. Pour soi-même, pour son âme, chacun doit chercher son médecin intérieur.

C'est vrai qu'il est difficile à l'homme de transférer une pensée d'un endroit à un autre tout en préservant son essence. Supposons que le médecin arrive à sortir de la tête du malade sa pensée pour la transférer ailleurs, la guérison peut être instantanée. S'il n'est pas instruit pour réaliser cela, il se servira de l'une des deux méthodes suivantes : soit l'homéopathie avec ses doses faibles, soit l'allopathie avec ses fortes doses de médicaments. Il existe encore un autre moyen, c'est de laisser évoluer la maladie jusqu'à sa crise maximale et, à partir de là, de la faire diminuer jusqu'à sa disparition complète. Chaque homme possède des forces cachées qui doivent s'éveiller. Si vous pouvez éveiller ces forces, la situation du malade s'améliorera de façon naturelle. Si les forces cachées de l'organisme ne peuvent pas se réveiller naturellement par des transpirations, des excursions, des bains, à ce moment-là la médecine prescrira des médicaments homéopathiques ou allopathiques. Quelquefois le médecin prescrit des doses plus fortes que nécessaire et au lieu d'éveiller des forces cachées, il les bloque.

Deux théories principales existent aujourd'hui dans la médecine : l'allopathie qui préconise l'utilisation de médicaments en doses maximales et l'homéopathie qui recommande des doses minimales. En allopathie, vous pouvez prendre toute une armée de médicaments sans aucune réaction de l'organisme, sans ressentir d'amélioration, là où avec de petites doses diluées, vous pouvez obtenir de grands résultats. La loi dit : «Par de petits efforts, on arrive au même résultat que par des grands.»

Je vous conseille le traitement homéopathique. Les petites quantités produisent de plus grands résultats. L'homéopathie se sert de grandeurs infinitésimales. Une toute petite quantité d'une substance, par exemple 1 suivi de 60 zéros, est capable d'exercer une grande influence sur l'organisme humain. Il suffit que le malade prenne une petite goutte de cette substance diluée pour guérir complètement car cette goutte contient de l'énergie divine. Si le malade croit dans la force de cette énergie, en deux ou trois jours il rétablira sa santé.

Aujourd'hui on ne peut pas utiliser toutes les méthodes occultes car parmi elles il y en a certaines dont vous ignorez les résultats. Votre organisme, votre cerveau, vos systèmes musculaire, artériel, nerveux ne résisteront pas, ils ne sont pas encore adaptés. Les Hindous possèdent des méthodes spécifiques qu'ils exercent depuis des milliers d'années. Les peuples occidentaux ne peuvent pas les pratiquer car ces méthodes ne sont en quelque sorte pas appropriées à la culture occidentale. Par exemple, l'une d'elles est la respiration profonde. Mais la Fraternité Blanche Universelle se sert encore d'autres nouvelles méthodes naturelles qui sont excellentes.

Pour chaque homme, il existe sept ou huit moyens différents de guérison. Certains sont capables de se guérir par le moyen spirituel mais ils sont très peu nombreux. Qui sont-ils? Seulement ceux qui n'éprouvent absolument aucun doute. Le malade doit avoir une confiance absolue en son guérisseur, et celui-ci doit être absolument véridique et sincère envers les malades. Si la confiance, la sincérité n'existent pas entre eux, aucune guérison spirituelle n'est

possible. Il faut alors appliquer une méthode naturelle : l'eau, les plantes médicinales, l'air, etc.

Il existe une autre méthode efficace, c'est la musique.

De nos jours, dans les établissements de santé de presque tous les pays européens, on se sert de l'électricité et du magnétisme pour le traitement. Par ces méthodes, on tente d'éveiller les forces de l'organisme et d'accélérer ses vibrations.

Dès que les vibrations de l'organisme augmentent, l'homme guérit. De cette manière il est possible de guérir même des maladies comme le cancer ou la tuberculose. En utilisant ces traitements, le malade passe par de grandes crises avant que son état s'améliore. S'il résiste bien à la première crise, les suivantes passent plus facilement et elles diminuent jusqu'à leur disparition totale. Par les crises successives, l'organisme est purifié, nettoyé de tous les éléments toxiques et nocifs et le malade retrouve la santé.

Pour guérir, un malade doit tout d'abord purifier son sang et entreprendre ce travail seul. Comment? Par la respiration de l'air pur, en exposant son dos au soleil du matin et par une nourriture saine et simple. Il y a d'autres méthodes pour purifier le sang. Le résultat ne se fait pas attendre des mois et des années, mais parfois une seule journée suffit. Cela dépend de l'homme de choisir la méthode qui répond à son niveau d'évolution.

L'intellect connaît les causes des maladies, mais il ne sait pas les guérir. Seule l'âme peut réaliser la guérison, si elle le veut.

Un véritable médecin possède le pouvoir de chasser les maladies et de faire sortir les entités nocives de ses patients avec la force de la parole, en prononçant des formules.

L'homme peut guérir lorsqu'en lui s'éveille la réserve d'énergie vitale qui va stimuler l'action de son organisme. Pour appliquer des traitements naturels, profitez surtout des mois d'avril et de mai quand la Nature est riche en énergie vitale : le prâna. Chaque jour de ces mois vaut des millions. Ce que l'homme peut acquérir pendant cette période ne peut être obtenu à aucun autre moment.

Dans le monde tout est mathématiquement défini. Comme il y a un temps pour la semence, il y a un temps pour la guérison. C'est un Principe divin.

Soigner des malades n'est pas une chose simple. Les gens les plus mécontents au monde sont les malades. Pourquoi? Parce qu'ils attendent tout du médecin. Si celui-ci ne peut pas les aider, ils sont mécontents. Pour ne pas être confronté au mécontentement du malade, le médecin doit savoir qui soigner et comment. Par exemple, si les os situés derrière les oreilles sont bien prononcés, si le menton est large et la mâchoire inférieure un peu en avant, cette personne résiste bien aux maladies et peut guérir facilement.

Il y a deux moyens de guérison. L'un est conforme à la Nature, l'autre est la méthode instantanée, divine. La guérison instantanée est possible pour un homme vertueux mais pas pour un pécheur.

De nos jours, l'homme soigne seulement son corps physique car il ne connaît que lui et encore partiellement. Les apôtres et les disciples du Christ parlent du corps spirituel. Les sages et les grands Maîtres parlent de sept corps qui constituent l'être humain dans sa totalité. L'homme a déjà commencé à vivre dans son corps spirituel, mais il ne possède encore aucune notion des autres corps.

Lorsqu'une personne se rend malade physiquement, sa maladie provoque des conséquences sur son corps éthérique et sur les autres corps subtils, et inversement. Si elle se soigne seulement par des méthodes physiques, elle n'arrivera pas à grand-chose. La nuit,

pendant son sommeil, l'homme quitte son corps physique, et c'est à ce moment-là que le corps et toutes les cellules se purifient. Dans ce processus participent les autres corps subtils. Quand tout est bien nettoyé, l'homme réintègre son corps physique et il se réveille. S'il a bien dormi, que son esprit a repris des forces, l'homme se réveille en bonne disposition et plein d'énergie.

Vous pouvez vous soigner par des médicaments, mais si les entités lumineuses du monde invisible ne participent pas, vous ne guérirez à aucun prix.

Si vous êtes malade, tout d'abord adressez-vous à Dieu, après à votre âme, et en dernier lieu au médecin. Tout le monde fait l'inverse, c'est pourquoi il n'y a pas de succès dans la guérison.

Une personne qui guérit instantanément démontre que son esprit et son intelligence sont éveillés. Si quelqu'un a du mal à guérir, l'intelligence de son corps et de son esprit sont faibles.

Même un animal dont le niveau d'évolution est inférieur à celui de l'homme sait comment guérir tout seul mais nous, nous appelons le médecin parce que nous n'avons confiance ni dans le Seigneur, ni dans la Nature, ni en nous-mêmes.

Il faut avoir une vision claire de la maladie pour savoir comment la guérir. Par exemple l'estomac se soigne par la vérité, les poumons et la poitrine par la sagesse, la tête par l'amour.

Dans la guérison, la foi et la volonté jouent un rôle principal.

Les larmes guérissent, elles nettoient l'intellect et la conscience.

La durée de la vie terrestre dépend des relations que l'homme a créées avec son âme. Il est impossible d'arriver à un âge très avancé pour quelqu'un qui vit seulement dans sa personnalité. Plus l'âme se manifeste dans la vie, plus l'organisme est résistant. Quand on veut se guérir il faut chercher le médecin et les remèdes d'abord dans son âme.

La science ésotérique prévoit différentes méthodes de guérison, de transformation des énergies négatives en positives. Étudiez toutes ces méthodes et faites des expériences pour connaître lesquelles conviennent à votre organisme. Si vous ne trouvez pas votre méthode, vous risquez même d'aggraver votre situation. C'est pourquoi des médecins n'acceptent pas d'être soignés par des collègues. J'ai entendu un médecin dire : «J'ai peur de consulter un collègue qui me donnera des médicaments contraires à mon tempérament et à mon organisme. Je connais mieux les remèdes qui me conviennent.» C'est-à-dire que chaque médicament, même s'il est destiné à soigner une maladie spécifique, agit différemment selon les différents organismes. Pour guérir, la meilleure chose à faire est de savoir et de pouvoir surmonter par soi-même les difficultés et les contradictions. Une difficulté tout comme une contradiction peuvent provoquer une maladie. Transformez-les, enlevez-les de vos pensées pour libérer votre esprit, ainsi vous allez faire disparaître les maladies dont vous souffrez.

L'Évangile contient des remèdes pour toutes les maladies et pour tous les troubles de l'âme, pour l'incrédulité et le désespoir mais il faut savoir où les trouver et comment s'en servir.

Si l'homme est soumis à un courant électrique de 2 000 volts, il meurt. Mais s'il est soumis à l'influence d'un courant électrique de 20 000 volts et plus, il se renouvelle et se purifie sans brûler. Les physiciens disent que les molécules de l'électricité de 2 000 volts sont si grandes que, si elles passent par les tissus du corps, elles le détruisent et l'homme meurt. Les molécules d'électricité entre 20 000 et 50 000 volts sont par contre extrêmement petites. Elles peuvent donc passer librement à travers les tissus de l'organisme humain, les «masser»,

et au lieu de provoquer des problèmes, elles les renouvelleront et les purifieront. On peut dire qu'il existe plusieurs catégories d'énergies agissant différemment sur l'organisme : thermique, de la lumière, de l'électricité. Plus les particules de ces énergies sont petites, plus l'effet sur la matière du corps est bénéfique : elle sera vivifiée, purifiée, reconstituée par leur action.

Aucune pharmacie au monde ne peut nous donner ce que nous donne la Nature et l'homme éveillé doit accumuler ses énergies magnétiques pour les transmettre à ses proches.

Si le système digestif est dérangé, il faut le traiter par la nutrition. Si c'est le système respiratoire, il faut le soigner par la lumière, la chaleur, l'électricité et le magnétisme. Enfin, si le système cérébral est déréglé, on doit le soigner par la pensée et les sentiments. Pour guérir votre cerveau vous ne devez accepter aucune pensée négative, en vous basant sur la loi que Dieu est Amour absolu, Harmonie absolue.

Il n'existe pas seulement des microbes nocifs mais aussi des particules microscopiques qui, introduites dans l'organisme, peuvent lui apporter une amélioration. Dans leur pratique, les médecins de l'avenir apprendront à utiliser l'influence bénéfique de ces particules microscopiques.

Si quelqu'un croit aux méthodes et aux remèdes de dix médecins en même temps, il ne guérira jamais. Pour guérir, il faut croire en un seul médecin. Mais les forces de guérison sont d'abord cachées dans l'eau, dans l'air, dans la lumière et dans la nourriture. Chaque homme est un conducteur entre la Nature et lui-même, c'est pourquoi il lui est possible de se guérir seul, par lui-même.

En se soignant seul, le malade acquiert de la confiance en lui et dans ses propres forces. S'il se laisse soigner par les médecins, il considère que c'est le médecin qui a tout fait et petit à petit, il perd confiance dans ses possibilités. Les maladies ne sont rien d'autre que des problèmes que chacun doit résoudre convenablement. Si vous ne vous décidez pas à les traiter seul, de véritables maladies difficiles à guérir surgiront. En sachant cela, n'ayez pas peur des maladies.

Si vous voulez guérir un malade, vous devez semer en lui la simple vérité qu'il va guérir. Cette vérité grandira comme une graine en lui et donnera des fruits. Si vous semez en vous l'idée que vous êtes en bonne santé, vous serez véritablement en bonne santé.

La neurasthénie montre un surplus d'électricité au niveau des nerfs, facteur de dérèglement du système nerveux. Vous savez bien qu'il y a de l'eau chaude et de l'eau froide dans vos salles de bain. Si vous ouvrez seulement l'eau chaude, vous allez vous brûler. Si vous ouvrez seulement l'eau froide, vous allez prendre froid. Il faut ouvrir doucement les deux robinets en même temps jusqu'à ce que la température de l'eau devienne agréable pour se laver. «L'eau froide» provient de la tête et «l'eau chaude» du système nerveux sympathique. Il faut donc refermer un peu le robinet du savoir excessif et ouvrir le robinet de l'amour. Le mélange, la synthèse du savoir et de l'amour produit un courant agréable. Si le rhumatisme vous dérange, ouvrez le robinet de l'amour. L'épaule vous fait mal, caressez-la, commencez à l'aimer.

La pureté est une condition nécessaire pour la santé, pour les pensées, pour les sentiments.

Pour guérir un homme, il faut d'abord le libérer de tous les éléments étrangers, de tous les résidus déposés en lui. Le malade, pour retrouver sa santé, doit purifier son sang en respirant de l'air pur, en exposant son dos au soleil et en mangeant une nourriture saine et de bonne qualité. Il faut commencer par de toutes petites expériences microscopiques et, petit à

petit, aller vers de plus grandes. La science respecte déjà cette méthode, alors vous aussi appliquez-la!

Ce que l'on appelle «le mauvais œil» existe. Par exemple, quelqu'un jette un regard sur vous et vous commencez à vous sentir mal, à avoir mal à la tête. Certaines personnes peuvent rendre malade un boeuf ou une vache juste en les regardant. La cause de cet état réside dans la force du regard exercé sur vous ou sur l'animal. Un tel effet est dû à l'électricité sortant des yeux et projetée sur vous, mais que vous n'avez pas pu assimiler : elle se reflète négativement sur votre organisme. Il y a des grand-mères qui savent comment guérir du «mauvais œil». C'est très simple. Elles prennent un oeuf entier et le frappent contre le front du boeuf ou de l'homme concerné et en le cassant, le malade retrouve son état normal. L'oeuf a la propriété de recevoir le surplus d'énergie, mais cette méthode peut être employée uniquement par des personnes qui sont de bonnes conductrices de l'électricité, car elles seules sont en mesure de résister à l'émanation du malade. On peut dire la même chose des médecins. Il existe beaucoup de médecins mais très peu obtiennent des résultats pour une complète guérison. Le véritable médecin est une sorte de canal, l'issue par laquelle la maladie peut sortir à l'extérieur. Le médecin doit pouvoir prendre et donner quelque chose au malade.

Chaque mauvaise disposition physique ou psychique se soigne soit par une méthode similaire à la cause qui la provoque, soit par une méthode contraire à la cause. Par exemple, les mains et les pieds gelés se soignent par le froid et non par le chaud. On peut traiter les brûlures avec de l'huile d'olive car elle a la propriété d'absorber la chaleur et de libérer le surplus d'énergie provoqué par la brûlure dans l'organisme.

Créez un milieu harmonieux pour le malade et son esprit se calmera. Celui qui rend visite à un malade ne doit avoir aucune pensée négative, aucun sentiment pessimiste, car le malade est extrêmement sensible, à cause de l'élargissement de son double éthérique qui le rend facilement irritable. Chez le neurasthénique, par exemple, le double est trop large et prend beaucoup d'espace autour de lui.

Pour vous libérer d'une maladie, arrêtez d'en parler constamment.

La joie apporte la vie. Pour guérir, l'homme doit se réjouir et chanter, quelle que soit sa maladie.

Souvent, pour guérir, il suffit de se lier avec des gens en bonne santé, bons de nature et pleins d'amour. Diriger ses pensées et ses sentiments vers de telles personnes apporte le plus grand bien.

Je ne recommande pas les traitements par les dérivés du pétrole et tous les médicaments qui brûlent la peau.

Ne permettez pas que l'on vous caresse ou vous embrasse les yeux. Cela ne vous apportera aucun bonheur. Les yeux ne sont pas faits pour être touchés. Il faut s'en réjouir par le regard, de loin.

Ne traitez pas vos yeux avec quoi que ce soit, sauf avec de l'eau pure. Il existe une eau remplie de magnétisme vivifiant qui peut les purifier et les rafraîchir.

Un malade doit toucher souvent la partie inférieure de ses oreilles pour renforcer sa vitalité.

Chacun doit savoir que son propre organisme représente une partie de l'organisme divin. Et si pour préserver sa vie l'homme provoque la perte de la vie de son frère, par cet acte, il dégrade sa propre vie.

Les opérations peuvent se faire, mais pas de manière physique. Quel sens y a-t-il à supprimer les membres d'un corps humain? Il faut commencer d'abord par le psychique et aller vers le physique. Les méthodes de la chirurgie et de la médecine modernes ne sont pas bonnes. Avant d'éliminer une partie du corps humain, il faut trouver la cause qui a provoqué la maladie et la supprimer pour que le corps puisse rester indemne. Les parties du corps humain ne doivent pas être mutilées.

Couper la jambe ou le pied de quelqu'un n'est pas une science, lui enlever un œil n'est pas une science non plus. Supprimer un rein n'est pas non plus une science. L'homme peut vivre avec un rein, mais pourquoi donc la Nature lui en a-t-elle donné deux? Les médecins disent que l'homme peut vivre sans appendice. La Nature l'a mise en place et les médecins l'enlèvent en disant que l'on peut vivre sans!

La chirurgie est une science ancienne. Enlever les amygdales doit être une méthode que l'on utilisera en dernier recours car après leur extraction l'état souvent s'aggrave. Avec quoi va-t-on remplir la place vide? Rétablir quelque chose, le reconstruire, cela est une science. On peut enlever un œil à condition de pouvoir en remettre un autre à la place qui rétablisse la vue. Cela est une vraie chirurgie. N'importe qui peut couper une jambe mais la remplacer par une autre n'est pas à la portée de tout le monde!

Si vous le pouvez, ayez la patience de supporter une opération sans anesthésie, car il se passe beaucoup de temps avant que l'organisme se libère des produits anesthésiants. Pour opérer on utilise la morphine afin que le malade ne sente rien, mais après la douleur revient avec plus d'intensité. La Nature n'aime pas que l'on bloque ses énergies. Ne croyez pas que par cela vous pouvez vous épargner des souffrances.

Ne chantez pas quand vous vous rendez auprès d'un malade. C'est à lui de chanter, s'il le veut. Priez pour lui et s'il est disposé à chanter, chantez avec lui.

Sachez qu'un malade qui prie et chante tout doucement en lui-même guérira. Mais l'état est grave s'il n'est disposé ni à prier, ni à chanter. Il va bientôt partir dans l'autre monde. Sa disposition par rapport à la prière et au chant est un diagnostic par lequel vous pouvez savoir si un homme est en bonne santé ou malade, s'il est bon ou méchant. Quand il perd le goût de la musique, de la prière, l'homme s'endurcit, devient méchant et ensuite tombe malade. En reprenant sa bonne disposition, il commence à prier, à chanter et retrouve sa santé.

En cas de mal de tête, prenez un bain de pieds chaud et rajoutez petit à petit de l'eau encore plus chaude pour augmenter la température au maximum possible. Avant le bain de pieds, faites aussi un lavement des intestins.

Si vous avez mal à l'estomac, faites un régime et mangez très peu. Chaque matin buvez une petite tasse d'huile d'olive et une tasse d'eau bouillante. Puis exposez votre abdomen au soleil, tôt le matin, deux ou trois heures par jour.

À celui qui a une très grande fièvre, je recommande un régime sévère : ne rien manger pendant un à six ou sept jours, laisser les fenêtres de sa chambre ouvertes, assurer une arrivée abondante de lumière, ne pas dormir beaucoup, rester éveillé et prier.

Si vous avez pris froid et que vous êtes fiévreux, buvez de un à cinq verres d'eau bouillante ou une tisane, jusqu'à provoquer une transpiration abondante. Puis quittez vos vêtements trempés et essuyez-vous bien, recommencez à boire encore quelques tasses, puis massez vos pieds et vos mains avec de l'huile d'olive et couchez-vous. Ainsi vous serez hors de danger.

Une autre règle : prenez un purgatif pour éliminer tous les éléments inutiles de vos intestins et de votre estomac. Ne mangez pas pendant deux jours mais buvez trois ou quatre

verres d'eau bouillante, puis deux tasses de bouillon d'épinards, enfin deux bols de soupe de pommes de terre. Et après, mangez moins pendant quelque temps.

L'homme doit transpirer, non seulement physiquement mais spirituellement, par les souffrances qui représentent aussi une sorte de transpiration. Si quelqu'un n'arrive pas à transpirer physiquement, il est exposé à toutes sortes de dangers. Mais sans souffrances, on est aussi exposé aux dangers.

En cas de refroidissement et si vous en avez la possibilité, faites des marches en montagne, grimpez des sommets de façon à transpirer, mais changez toujours les vêtements mouillés avec des propres. Buvez aussi deux ou trois verres d'eau bouillante. Ceci est très bénéfique pour ceux qui souffrent d'asthme ou ceux qui ont tendance à grossir.

Si vous ne vous endormez pas facilement, la cause vient souvent d'un surplus d'énergie dans le cerveau. Pour vous en libérer, faites des exercices destinés à diriger cette énergie vers d'autres parties du corps. Concentrez votre pensée sur la pointe de votre nez pendant cinq minutes ou encore lavez vos pieds avec de l'eau chaude pour faire descendre le sang dans les pieds.

À quoi servent les maladies dans le monde? Elles sont un moyen d'éducation. Par elles, le monde invisible corrige les humains. Si les médecins d'aujourd'hui arrivaient à comprendre cela, ils apprendraient à leurs patients comment vivre. Il n'est pas suffisant de palper seulement le pouls d'un malade et de lui prescrire un médicament. Non, il faut lui prendre la main et lui dire : «Je vous guérirai si vous êtes prêt à corriger vos défauts et à mener une vie saine.» Et si le malade promet vraiment de corriger sa vie, le médecin s'engage à le guérir. Par cette méthode, les médecins pourraient apporter beaucoup de bien aux humains. Actuellement, ils étudient principalement les symptômes des maladies, mais un véritable médecin doit connaître avant tout les manifestations et les signes d'un organisme en bonne santé, pour pouvoir les comparer avec ceux d'un organisme malade. C'est un art de pouvoir prendre des mesures préventives au moins dix ans avant que l'homme ne succombe à la maladie. Cet art est seulement à la portée du médecin qui connaît les sciences spirituelles.

D'après moi, un véritable médecin est celui qui connaît les causes de chaque maladie et les fait comprendre au malade. Le médecin est un assistant de la Nature qui travaille en conformité avec ses lois.

Il faut apprendre le langage des organes. Chaque organe possède son langage spécifique. Le foie a son langage spécifique, l'estomac un autre, les systèmes sympathique ou musculaire, tous ont leur langage et leur grammaire. Si vous ne savez pas comment leur parler, ils ne vous comprendront pas. Il existe des occultistes qui connaissent ces langues et si, vous aussi, connaissez le langage d'un organe, vous pouvez lui suggérer des idées. Si votre foie est dérangé, vous pouvez lui faire des suggestions et si vous y arrivez, vous obtiendrez des résultats. Pour traiter un organe, le médecin doit connaître son langage. Celui qui veut devenir un vrai médecin doit apprendre le langage de chaque organe, aussi bien celui du foie que celui de l'estomac, des poumons ou du système nerveux.

Vous êtes tombé malade? Détachez-vous de votre personne et parlez à l'organe malade avec ces mots : «Il ne faut pas que tu aies peur, tu guériras, tu guériras, tu guériras!» Parlez-lui comme à une seconde personne. Si vous vous dites que c'est impossible, vous influencez l'organe qui continuera à être malade. Dites-lui par exemple : «Tu guériras. Je te mettrai une abeille et par sa piqûre tu guériras absolument!» Tout le monde peut guérir, mais quand? Quand on finit par le croire.

Quelle est la vocation du médecin? C'est d'apprendre aux hommes les lois qui fondent leur santé et leur bien-être.

La vocation d'un médecin ne consiste pas seulement dans la prescription de méthodes de guérison, c'est beaucoup plus que cela. C'est d'apprendre aux hommes à vivre correctement, conformément aux lois de la Nature intelligente qui sont les lois de l'Intelligence cosmique. Dans l'avenir, on paiera les médecins pour leurs conseils. Ainsi ils ne visiteront pas les malades mais les gens en bonne santé, une ou deux fois par semaine, pour leur apprendre à bien vivre et comment améliorer leur vie.

Sans l'amour, le pouvoir de guérison se perd. Guérir les malades signifie pouvoir enlever le fardeau qui pèse sur leur dos. Néanmoins, dans un sens, c'est une bonne chose que les gens tombent malades de temps en temps, sinon ils risqueraient d'affronter des malheurs bien plus grands encore. Personne ne peut éviter la souffrance envoyée par la Nature elle-même. S'il arrivait à l'homme d'échapper à une souffrance, deux ou trois autres s'abattraient sur lui. La Nature est très sévère et exigeante.

Si vous visitez un malade, adressez-vous d'abord au Seigneur et dites-lui : «Seigneur, je T'en prie, aide-moi à guérir ce malade!» Si l'homme arrive à se relier à l'Intelligence cosmique, Dieu commencera à travailler à travers lui. Il suffit que cet homme-là visite un malade, pose sa main sur lui, pour qu'au bout de trois minutes le malade puisse se lever de son lit. Ainsi cet homme constatera qu'il existe un lien entre lui et l'Intelligence cosmique.

Quand on s'engage dans la guérison d'un malade, on entre en contact avec lui. Ne prenons-nous pas une partie de sa souffrance, direz-vous? Ne pensez pas à cela. Posez-vous d'abord la question : «Dois-je vraiment m'engager à le guérir?» Si vous êtes certain qu'il faut le guérir, ne reculez devant aucun obstacle et n'ayez pas peur des conséquences. Mais comment savoir si on doit s'engager? Si vous aimez cette personne, vous devez la soulager de son mal.

Il n'est pas permis de guérir n'importe qui. Si un médecin spirituel libère un criminel, il portera son karma. Il existe des criminels, des assassins que personne ne peut guérir, pas même un guérisseur spirituel.

Jésus-Christ n'a jamais entrepris la guérison des mécréants, des assassins ou des criminels. Pour ce genre d'individus, il n'y a pas de guérison possible.

Dans l'Antiquité vivait un adepte qui avait le pouvoir de guérir toutes sortes de maladies. Des sourds, des aveugles, des muets arrivaient de partout et il les délivrait. Mais il était grandement étonné qu'à la place de la gratitude, les gens délivrés de leur mal lui répondent par la cruauté et le mécontentement. Il s'adressa ainsi à Dieu : «Seigneur, pour quelle raison ces gens me persécutent-ils? Je leur ai ouvert les yeux, les oreilles pour qu'ils voient et entendent, je leur ai ouvert la bouche, et malgré tout cela ils ne me laissent pas tranquille.» Et Dieu lui répondit : «J'ai fermé les yeux, les oreilles, la bouche de ces gens-là parce que leur cœur est cruel. Pour qu'ils ne pèchent plus, Je les ai privés de l'abondance et de la douceur du monde extérieur. Tu t'es introduit dans Mon plan sans Ma permission, c'est pourquoi tu dois porter les conséquences de ton attitude. Il y a un sens à ouvrir les yeux et les oreilles aux aveugles et aux sourds seulement s'ils sont prêts à servir Dieu.»

En guérissant pour de l'argent, vous prendriez une grande responsabilité. Supposons que vous guérissez quelqu'un, vous lui prenez son argent mais un an plus tard, il meurt. Que se passe-t-il alors? Il vient s'installer en vous et vous risquez de porter son karma. C'est ainsi que vous perdrez plus de vous-même que ce que vous avez reçu. C'est pourquoi si vous guérissez quelqu'un, faites-le sans demander d'argent. La main du disciple occulte doit être pure et désintéressée.

Celui qui est convaincu de guérir les malades par lui-même peut prendre de l'argent. Celui qui pense que Dieu guérit à travers lui n'a pas le droit de prendre de l'argent.

La nourriture, la lumière, l'air, les échanges avec les hommes bons, tout cela sera vos remèdes dans l'avenir. L'homme bon, l'homme sain vous guérira sans que vous sachiez que votre salut vient de lui. C'est pourquoi les médecins doivent être les hommes les meilleurs, les plus vertueux.

Guérison par la nourriture et par le jeûne

La nutrition est une méthode de guérison. Il n'existe pas de meilleure méthode mais il faut savoir quelle nourriture prendre et à quel moment.

Pendant la période de maladie et après, pour rétablir sa santé, l'homme a besoin d'une nourriture spécifique. Par exemple, celui qui était fiévreux aura besoin de manger acide. Si c'est une autre maladie, il aura besoin d'une nourriture douce.

Il faut savoir une chose : dans la Nature chaque fruit de la Création divine a une grande prédestination; en conséquence, si vous vous nourrissez avec des pommes, vous acquerrez une certaine qualité et si vous vous nourrissez avec des prunes, une autre qualité. Telle nourriture l'homme consomme, tel il devient.

En général, les fruits de forme allongée représentent l'intelligence et ceux de forme arrondie la vie et les sentiments. Les fruits ne sont rien d'autre qu'un ensemble d'énergies qui circulent dans une forme donnée.

Les pommes de terre donnent une certaine qualité à l'homme : elles le rendent satisfait de peu de chose. La pomme apporte des qualités comme la douceur, la gentillesse, l'indulgence vis-à-vis des autres et aussi un teint frais. Si vous voulez être bon, aimable et gentil, mangez du raisin. En général, la nourriture influence considérablement le caractère.

Si vous voulez améliorer votre circulation sanguine, mangez des cerises. Que cache la cerise? Des sentiments profonds et la loi de la liberté.

Que nous donnent les fruits du cornouiller? Ils apportent du fer au sang. Si vous êtes de caractère faible et lâche, mangez ses fruits qui donnent stabilité et résistance au caractère.

Si un enfant est anémié, donnez-lui davantage de poires. S'il est dur de caractère, donnez-lui des pommes. S'il manque de noblesse de sentiments, donnez-lui des cerises qui, avec les pastèques, les cornouilles et les courges, régularisent aussi l'estomac. En général, les fruits développent la noblesse des sentiments, seulement il ne faut pas en abuser et surcharger l'estomac.

Certains disent qu'ils sont neurasthéniques, alors qu'ils mangent des petits pois! D'autres se plaignent d'hypocondrie, qu'ils mangent alors du blé! Si quelqu'un est trop susceptible, donnez-lui du maïs. À un autre qui n'arrive pas à assumer ses responsabilités, donnez-lui du seigle. Le seigle qui pousse en hauteur contient quelque chose d'idéal. Bien assimilé, il peut créer un haut idéal chez l'homme.

Selon leur espèce, certaines couleurs prédominent dans les fruits. Par exemple, dans la cerise il y a prédominance du rouge. Donc, lorsqu'une personne anémiée connaît la loi et mange des cerises d'une nouvelle manière, c'est-à-dire avec compréhension, dans une bonne disposition et non mécaniquement, elle recevra absolument tout ce dont son organisme a besoin. La cerise agit aussi sur le transit intestinal. Elle représente également un symbole dans la Nature. La cerise rouge ainsi que tous les fruits rouges proviennent du paradis.

La pomme fut créée dans le monde astral, la poire et le citron dans le monde mental. La forme et la couleur de la tomate montrent qu'elle est retardée dans son développement. Elle n'est pas allée plus loin que la vie de l'estomac. Les matérialistes sont semblables aux tomates.

Le concombre est très bénéfique pour le système nerveux. L'anémié doit aussi manger des concombres mais il faut les prendre le matin et à midi, car le soir ils sont mal tolérés par l'estomac. En général le soir il faut manger avant le coucher du soleil. Si vous n'avez pas pu manger avant, il est préférable de ne pas manger du tout. Prenez un verre d'eau chaude ou une tisane et couchez-vous, ainsi vous dormirez d'un sommeil agréable.

L'oignon cru, cuit au four ou à l'eau, est très curatif mais ne mangez pas l'oignon frit. Seuls les malades de tuberculose peuvent utiliser ce dernier comme médicament. Lorsque l'on coupe très finement l'oignon et qu'on le fait revenir, il perd de sa force magnétique.

Celui qui veut être en bonne santé doit manger une nourriture préparée par une personne qui l'aime.

Contre les rhumes et l'influenza, utilisez la méthode suivante : à l'arrivée de l'hiver, faites une réserve d'au moins 1 000 poireaux et mangez-en chaque jour. S'il vous arrive d'attraper un rhume ou même une grippe, mangez trois à quatre fois par jour des poireaux. De par sa nature, le Bulgare est spontanément pratique et cherche toujours les remèdes naturels, aussi mange-t-il beaucoup de poireaux en hiver.

Lorsque vous avez mal aux amygdales, prenez de l'ail fort et piquant. C'est une bonne méthode pour les amygdales et un désinfectant pour la gorge. C'est également un excellent remède contre l'insomnie.

Beaucoup de gens, surtout les Bulgares, mangent des piments forts. Ceux-ci sont bons contre les états fiévreux mais pour l'homme en bonne santé, ils ne sont pas recommandés, pas plus que des nourritures trop sucrées ou trop acides.

Si vous vous sentez trop nerveux, mal disposé, mangez deux poires ou deux pommes, qu'elles soient petites ou grandes, peu importe. La force réside dans le nombre deux comme principe et pas dans le volume. Le nombre deux est magnétique, il adoucit les énergies.

Pour les yeux, mangez des lentilles. Pour les reins, des haricots verts. Pour un bon teint, des petits pois. Mangez plus d'orties et d'épinards pour entretenir la couleur de vos cheveux.

Si vous êtes physiquement mal disposé, il faut boire le jus de deux ou trois citrons avec du sucre et après boire le jus de quelques oranges. Les jus de citron et d'orange rétablissent la bonne disposition d'esprit, améliorent l'état de l'estomac.

Si votre estomac est dérangé faites cuire des cornouilles ou mangez-les fraîches. La cerise, au contraire, a une action laxative.

Chaque exagération peut entraîner des conséquences négatives. Vous avez lu que les citrons étaient utiles et vous vous soumettez à un traitement par les citrons. L'acidité des citrons est bonne mais il faut savoir comment l'utiliser. Elle peut causer des refroidissements car elle enlève la chaleur de l'organisme, les capillaires se contractent, la circulation se dérègle et l'homme se rend malade. Un citron par jour suffit. Pressez-le, ajoutez une tasse d'eau chaude et buvez-le ainsi. Il n'est pas indispensable de boire le jus de plus d'un citron.

En ce qui concerne les céréales, ce n'est pas pareil d'utiliser le blé, le maïs ou l'avoine. Les énergies du blé sont radicalement différentes de celles des autres céréales. Celui qui veut devenir idéaliste, qu'il mange aussi de l'avoine! Si vous voulez acquérir une bonne santé et

renforcer vos muscles, mangez du blé! Pour le moment, la nourriture qui donne le plus de force, la plus saine, est le blé.

La nourriture sucrée apporte de la douceur au caractère. La nourriture acide augmente les capacités d'action et renforce la volonté.

La cerise et la pêche possèdent des qualités curatives. La cerise est recommandée contre l'anémie et la neurasthénie. Au printemps, vous pouvez en manger autant que vous voulez mais avec amour. Pour profiter au maximum des vertus des fruits, il faut qu'ils soient cultivés par un homme bon.

Les pommes agissent sur la tonicité du système nerveux. Les noix agissent de manière bénéfique sur le cerveau, le blé sur le cœur. Chaque fruit possède une force curative qui doit être bien utilisée. Par exemple, si vous êtes excité et nerveux, trois petites pommes de Saint-Pierre vous calmeront. Ces pommes mûrissent vers la fin de juin et le début de juillet.

Celui qui veut être enjoué, plein de vie et d'allégresse, qu'il mange les premières cerises! Celui qui veut être philosophe, sage, qu'il mange des fruits tardifs comme le raisin! Celui qui a de grandes difficultés, qu'il mange du radis! Le radis aide à lutter contre beaucoup de maladies et symbolise le dépassement des difficultés. Lorsque vos affaires ne marchent pas bien, mangez du radis.

Celui qui souffre de neurasthénie doit faire un régime de petits pois. Celui qui souffre d'hypocondrie, qu'il mange du blé! Les gens dits «soupe au lait» doivent manger du maïs et les gens instables du seigle! Le seigle crée des conditions pour le développement du haut idéal. Les petites plantes sont liées aux petits idéaux, les grandes aux grands idéaux. Les paysans rudes devraient employer plus de seigle pour devenir plus idéaliste.

Celui qui veut désinfecter sa bouche et améliorer l'état de son estomac et de ses poumons doit manger de l'ail mais je le prescris aux malades et non aux bien-portants.

Si vous voulez embellir, mangez des petits pois. Celui qui mange des haricots blancs apprend la loi de la générosité. Les haricots blancs apportent stabilité et résistance.

Les fruits mûris au nord favorisent les pensées lumineuses, les fruits mûris au sud apportent la noblesse du cœur, ceux mûris à l'est apportent de la noblesse dans le caractère. Enfin celui qui veut acquérir connaissance et compréhension de la vie doit manger des fruits mûris à l'ouest.

Si l'homme est atteint d'artériosclérose, il lui est recommandé une nourriture simple et saine composée de blé et de riz cuits, et de fruits.

Si vous êtes mal disposé, faites l'expérience suivante : prenez une livre de bonnes cerises fraîches et sortez à 10 h du matin. Tournez-vous vers le soleil et commencez à manger vos cerises lentement, calmement durant une demi-heure, et ne mangez rien d'autre.

Contre la toux, utilisez le jus de radis noir et buvez-en chaque soir une petite tasse à café. Ce jus est aussi excellent pour l'estomac. Vous pouvez prendre une gousse d'ail avec un peu de sel chaque soir jusqu'à l'arrêt de la toux.

Si le malade mange avec gratitude et prend conscience que c'est Dieu qui s'occupe de lui, dans un délai d'un mois sa situation s'améliorera. Les hommes raccourcissent leur vie plus par la saturation que par le manque de nourriture. Certaines maladies guérissent par le jeûne mais il ne faut pas le recommander pour chaque maladie.

Le jeûne agit bien sur l'homme en bonne santé quand il est ressenti comme un besoin intérieur. Certains se soumettent au jeûne consciemment mais prennent vite peur et l'arrêtent.

De ce fait une certaine toxine peut apparaître dans leur organisme. Le jeûne est un stimulant intérieur qui renforce, renouvelle l'organisme mais s'il est pratiqué avec peur et dans le doute, une réaction contraire peut survenir.

Le jeûne est recommandé pour les malades, pour les pécheurs et non pour l'homme bien portant et vertueux. Il faut jeûner quand on est malade. L'homme en bonne santé doit manger sans saturation. Il faut savoir que l'on peut vivre avec peu de nourriture. Celui qui a trop mangé transgresse les lois de la nutrition, c'est pourquoi il faut jeûner.

Le but du jeûne est de filtrer les pensées et les sentiments. D'autre part, il est indispensable pour le repos de l'organisme entier. Le jeûne est recommandé surtout comme moyen de rétablissement de la santé. Durant le jeûne le feu de l'organisme est plus intense. Grâce à lui il se réalise une plus forte combustion de tous les déchets qui ont causé les différentes maladies, les indispositions et les mécontentements.

Ne pas salir sa langue par des mots grossiers est une sorte de jeûne. Ne pas salir son intellect, son cerveau par de mauvaises pensées, c'est aussi un jeûne. Ne pas salir son cœur avec des sentiments négatifs, ni sa volonté avec des actes répréhensibles, cela est aussi un jeûne. S'abstenir de pensées et sentiments négatifs est le jeûne qui cache en soi une force magique.

Celui qui veut purifier son système nerveux doit jeûner au moins quatre fois par mois, mais pour savoir comment, combien de temps et quand, c'est toute une science. Si vous purifiez votre système nerveux, vous acquerrez plus d'énergie lumineuse dans votre intellect.

Pour donner du repos à votre estomac, vous devez jeûner au moins une fois par mois.

Celui qui pratique un jeûne ne doit pas aller se promener. C'est une règle. En excursion, on doit prendre avec soi au moins un peu d'eau et de pain et remercier Dieu. Lorsque vous faites une excursion en montagne, vous devez vous nourrir.

Laissez le malade un certain temps sans nourriture afin d'éveiller en lui un stimulant pour la vie. Ainsi il guérira plus vite que s'il mange.

De nos jours les hommes satisfont leur faim par une nourriture physique mais il est possible de se nourrir aussi par l'air, d'une manière spécifique. Comment? Par les pores. Malheureusement les pores des hommes contemporains sont bouchés. En conséquence, ils ne sont pas en mesure d'utiliser l'air comme nourriture. Si les pores sont ouverts, l'air s'y infiltre et nourrit le corps. C'est ainsi qu'avec peu de nourriture on peut acquérir une grande force.

Le jeûne renouvelle et rajeunit l'organisme. Après un jeûne, utilisez le plus longtemps possible une nourriture très simple et dissociée, c'est-à-dire composée d'un seul aliment à la fois qui demande peu d'énergie pour la digestion afin de ne pas provoquer l'appétit. Une telle nourriture est en mesure de donner aux poumons la possibilité de se développer, de recevoir plus d'éléments nutritifs de l'air et de l'eau et d'extraire plus de sucs de la nourriture. Par le jeûne, l'essentiel est de recevoir plus de force, plus de santé et d'arriver à vous sentir mieux, mais surtout ne vous vantez pas et ne faites pas de compétition.

Après un jeûne de dix jours vous pouvez réaliser beaucoup de choses et celui qui a jeûné vingt jours se libérera de beaucoup d'illusions.

L'idée principale du jeûne est d'éveiller l'énergie cachée dans les cellules et de renouveler l'organisme mais il faut que ce travail soit raisonnable et conscient. Dans la pratique, il faut poursuivre le jeûne d'une manière graduelle, par paliers. Il y a des lois et des règles à respecter. Si on décide de faire un jeûne sans savoir pourquoi, il n'est pas bénéfique. Ensuite, il faut savoir à quel moment le faire en respectant les saisons et les jours de la

semaine. Par exemple, si vous commencez votre jeûne le lundi, vous obtiendrez un résultat, le mardi un autre. Si c'est le mercredi, le jeudi, le vendredi, le samedi ou le dimanche, les résultats seront différents. En plus, si vous commencez à jeûner le matin, à midi ou le soir, les résultats seront encore différents.

Si vous n'accomplissez pas la Volonté divine, même un jeûne de vingt jours sera inutile. Par contre, si vous jeûnez dix jours et que vous apportez aux pauvres la nourriture utilisée habituellement, ce jeûne peut vous aider beaucoup. Si le jeûne est destiné à vous libérer d'un défaut, à acquérir une bonne disposition dans votre âme ou à purifier vos pensées et sentiments, ce jeûne est tout à fait justifié.

Un jeûne de 24 heures mais fait en pleine conscience, peut renouveler les cellules de tout le corps.

Si vous voulez jeûner, commencez quand vous êtes dans un état d'esprit ascendant.

Vous devez guérir vos maladies et vos défauts par le jeûne et la prière. Si vous êtes bien disposé, vous pouvez pratiquer le jeûne plus longtemps mais si vous vous sentez épuisé, arrêtez-le.

La région abdominale est en rapport avec le système nerveux sympathique. Elle ne doit pas être encombrée par un surplus d'éléments étrangers. Si c'est le cas, il faut vous imposer un jeûne pour rétablir l'état normal. Ce jeûne doit être modéré, conscient, jusqu'à l'élimination des graisses et des résidus.

Depuis les temps très anciens, les humains emploient le jeûne pour la guérison. Jeûnez pour rétablir votre santé mais aussi pour augmenter les vibrations de votre organisme et de votre vie.

Une fois, un jeune homme est arrivé pour me dire que, dans le passé, il était atteint d'une maladie incurable. Pendant un temps, il croyait qu'il allait mourir mais après avoir trouvé un petit livre sur la guérison par le jeûne, il a pratiqué un jeûne de 22 jours et m'a raconté ses expériences du premier au dernier jour. Il a procédé avec une grande foi dans son intellect et dans son cœur. Le résultat fut que la maladie avait disparu complètement.

Je recommande aux malades au moins deux ou trois jours de jeûne. Après quoi ils peuvent manger deux ou trois cuillerées de compote de pruneaux et, quelques heures plus tard, un petit peu de pain. Ensuite, quand le malade reprend un peu de ses forces, je lui donne une bonne pomme non traitée, avec la peau, qu'il mâche bien pour absorber tous ses sucs. Ensuite il peut reprendre son alimentation habituelle.

Tous vos malheurs proviennent de la nutrition. Si les hommes savaient comment jeûner, ils pourraient vivre bien et heureux. Il existe des jeûnes physiques, mentaux et spirituels.

Pour vous libérer des acidités de l'estomac, buvez de l'eau chaude à plusieurs reprises. Si ce n'est pas efficace, faites un jeûne pendant deux ou trois jours. Le jeûne nettoie l'estomac et le libère des acidités.

Quand vous avez une blessure, un ulcère dans l'organisme, sur votre corps ou intérieurement, il serait bien de pratiquer le jeûne pendant quelques jours.

Le jeûne est une méthode par laquelle l'homme peut résoudre les grands problèmes existentiels mais, en ce cas, il faut jeûner non pas un mais quarante jours. Pendant cette période, l'intellect, le cœur et la volonté se purifient totalement.

Certains ont jeûné pendant dix jours et croient avoir déjà accompli quelque chose de grandiose. D'autres n'ont pas mangé de poulet grillé, ni bu de vin! Est-ce cela un jeûne?

Quand vous commencez un jeûne, ouvrez «le bloc-notes» de votre mémoire et chaque jour rayez quelque chose de négatif, pardonnez à tout le monde, oubliez les dettes de vos débiteurs. Jeûnez et priez.

Par le jeûne l'homme renforce sa volonté et se libère de la peur de mourir de faim. Le jeûne guérit. Par exemple, le rhumatisme peut être guéri complètement. Le jeûne purifie le corps, les pores s'ouvrent, la respiration devient plus profonde et la lumière de l'intellect augmente.

Il est bien, de temps en temps, de ne manger que du blé cru. Je vais vous donner une expérience à faire. Ceux parmi vous qui ont un estomac et des poumons faibles peuvent faire un régime au blé durant un, deux ou trois mois maximum. Pendant ce temps il ne faut manger rien d'autre que du blé cru bien lavé, même pas de pain. Si cette expérience vous paraît difficile et trop longue, faites-la durant une semaine. Le soir, trempez 100 g de blé dans de l'eau pure, le lendemain, divisez-le en trois parties égales que vous mangerez le matin, le midi et le soir en mâchant bien. Si vous avez soif durant la journée, vous pouvez boire à volonté. Si vous aviez suivi ce régime avant, vous auriez de très bonnes dents et votre système nerveux serait meilleur. Cette expérience s'applique uniquement aux gens calmes, bien disposés et qui ont vraiment la volonté de guérir. Si on éprouve un état de dysharmonie, il vaut mieux arrêter l'expérience.

Guérison par l'eau

Si vous connaissez les qualités et les propriétés de l'eau, vous pourrez guérir par elle toutes les maladies. L'eau utilisée pour la guérison doit être absolument pure.

Une grande partie du corps humain est composée d'eau. Beaucoup d'hommes sont malades par manque d'eau dans l'organisme. L'humidité, l'eau, sont à la base de la température de l'organisme. La carence d'eau le refroidit, le surplus le réchauffe. L'homme doit bien vivre, utiliser consciemment les énergies venant du soleil pour créer autour de lui une atmosphère saine et agréable. S'il mène une vie convenable, l'homme attire les courants solaires vers lui et devient une sorte d'oasis, une source de vie et de force.

Si vous demandez des médicaments, soit comme remèdes, soit comme moyens de purification, je vous recommande les suivants : buvez deux à trois litres d'eau pure et chaude dans une journée. Si vous pouvez marcher, allez chercher vous-même l'eau à la source. Porter de l'eau d'une source de montagne a une influence très bénéfique sur l'organisme. À part cela, faites des respirations profondes pour élargir vos poumons.

L'eau bouillante prise à petites gorgées purifie le système nerveux des résidus qui bloquent les pensées et les sentiments humains. Cette eau libère l'homme de la tension provoquée par les blocages du système nerveux.

Je vous dis que le remède le plus puissant au monde est l'eau chaude. Si vous savez où se trouvent les meilleures sources, allez-y et rapportez de cette eau, même si elle se trouve à cinq ou dix km! Les hommes d'aujourd'hui ne savent pas quelle est la force contenue dans l'eau.

L'homme contemporain ne sait pas comment boire l'eau et quelle quantité. Pour entretenir l'humidité qui lui est indispensable, l'organisme a besoin d'une certaine quantité d'eau en rapport avec celle contenue dans les cellules. Si l'organisme perd cette humidité, il est exposé au dessèchement. De tels hommes sont habituellement nerveux, maigres et facilement irritables. Sans humidité intérieure et extérieure, l'homme n'est pas en mesure de purifier son organisme des déchets accumulés en lui. Les dépôts restants engendrent des maladies et des états indésirables. Si vous voulez être en bonne santé, entretenez dans votre

intellect l'idée que l'action de l'eau sur votre organisme est bienfaisante. Buvez l'eau consciemment, sans penser à la maladie. Nourrissez votre intellect de pensées pour la santé, la beauté et la grandeur de la vie et n'ayez peur de rien.

La Nature a installé dans l'organisme des milliards de fenêtres par lesquelles l'énergie vitale entre et le renouvelle constamment : ce sont les pores. Ils doivent être toujours propres et ouverts afin d'assurer de bons échanges entre l'air extérieur et l'air intérieur. S'ils sont pollués, bloqués par toutes sortes de dépôts, l'organisme est déjà exposé aux maladies. Les pores du corps s'ouvrent par la transpiration. Il se cache dans l'eau une force magique. Elle nettoie, elle transforme l'organisme, elle dilue les sédiments, elle est un bon conducteur du magnétisme.

Dans certains cas de maladies, les massages jusqu'à obtention de la transpiration sont recommandés. La sueur est provoquée par une force intelligente qui veut vous montrer que tous les pores de votre corps doivent être ouverts. Avant de provoquer une transpiration, la première chose à faire est de bien laver le corps, ensuite de prendre de l'eau bouillante et d'en boire de une à dix tasses au maximum. Lorsque l'on boit de l'eau bouillante, celle-ci ressort par les pores, les ouvre et rétablit le bien-être. Les pores sont des conduits, des ouvertures de l'âme. L'âme respire par les pores. Par les poumons se réalise la respiration principale et par les pores de la peau se réalise la respiration générale. Lorsque la respiration pulmonaire et la respiration générale fonctionnent parallèlement, l'homme est en bonne santé.

L'eau est intelligente parce que reliée à l'Intelligence cosmique. Les futurs physiologistes expliqueront les grandes propriétés de l'eau au moyen desquelles les humains pourront se soigner et guérir.

Beaucoup de neurasthéniques souffrent de carence d'eau, du manque d'humidité. D'autres souffrent de l'eau stagnante dans l'organisme parce que celui-ci est bloqué.

Remplissez un verre d'eau, regardez-le, approchez-le de vos lèvres et prenez une gorgée d'eau dans votre bouche. Pendant que vous buvez, pensez uniquement à elle, c'est seulement ainsi qu'elle peut purifier véritablement votre corps et apporter les «bienfaits du Ciel».

Prenez l'eau comme un moyen de purification intérieure. De nos jours, tout le monde prend des bains extérieurs mais les résultats obtenus sont faibles. Vous ne pouvez pas compter sur une bonne hygiène de vie si vous ne faites pas régulièrement un bain intérieur avec de l'eau pure, c'est-à-dire boire de l'eau chaude trois fois par jour au minimum le matin, à midi et le soir. De la même façon que vous recevez l'eau, il faut aussi recevoir la lumière et l'air. C'est cela qui vous assurera une bonne santé, le bien-être et le goût de la vie.

À cause d'une vie non conforme à la Nature, l'homme a accumulé dans son organisme une acidité tissulaire et urinaire qui a des conséquences néfastes sur le cœur et la circulation. Après, on dort difficilement, on tourne des heures dans son lit avant de trouver le sommeil. Comment peut-on dormir ainsi? Pour bien dormir, il faut améliorer la circulation sanguine par une bonne transpiration au moins deux fois par semaine. Buvez quelques tasses d'eau bouillante (dans laquelle on peut ajouter du jus de citron), couvrez-vous bien pour transpirer, ensuite essuyez bien le corps avec une serviette humide et changez de vêtements. S'il y a une deuxième transpiration, essuyez-vous alors avec une serviette sèche et recommencez, si nécessaire, plusieurs fois jusqu'à l'arrêt de la transpiration. Après, buvez encore une petite tasse d'eau bouillante qui libérera le reste de l'acidité accumulée dans le sang.

Il n'existe pas de meilleur remède au monde que l'eau chaude, mais il faut savoir comment la faire bouillir (annexe 1-B). C'est le médicament le plus sûr. La quinine ne vaut rien à côté de l'eau. Prenez de l'eau de source pure, faites-la bouillir dans un récipient en or,

au lever du soleil ou quand il est à son zénith. Les autres médicaments stoppent la maladie mais le remède le plus puissant, c'est l'eau. Il faut savoir que l'eau est l'élément premier dans la vie. Buvez l'eau toujours pure et fraîche, la Vie est cachée en elle. Quand l'eau disparaît de l'organisme, celui-ci se dessèche ainsi que la peau. Les hommes au caractère aigri ont très peu d'eau dans leur corps et les flegmatiques ont de l'eau qui stagne. Dans l'organisme l'eau doit toujours circuler.

La quinine interrompt la fièvre mais n'en guérit pas la cause. À sa place, buvez de l'eau bouillante pendant trois jours sans manger. On peut ainsi guérir le rhume.

L'eau soigne tous les handicaps du monde. Observez l'influence de l'eau sur un organisme irrité, en colère ou mal disposé. Comment procéder? Faites boire de l'eau bouillante et lavez aussi le corps. Même la peste se soigne par l'eau bouillante. On doit isoler le malade et lui donner toutes les heures une tasse d'eau bouillante. Par ce moyen le sérum sanguin, dont les microbes se nourrissent, se dilue et entrave leur multiplication. Durant cette période, il ne faut pas s'alimenter mais entretenir un lien très fort avec Dieu. Ce lien est une force qui agit sur les micro-organismes comme une foudre électrique. Ainsi attaqués des deux côtés, par la fusillade et le jeûne, les microbes meurent et arrêtent de se multiplier. Une lutte intensive de 24 heures suffit pour obliger les microbes de la peste à quitter l'organisme.

Les maladies ne sont rien d'autre qu'une lutte entre l'homme et les entités inférieures.

Le choléra est aussi guéri par l'eau bouillante. Donnez aux cholériques quatre ou cinq tasses d'eau bouillante et le lendemain ils seront guéris. Cette eau bouillante dilue le sérum qui nourrit les bacilles et en 24 heures ceux-ci disparaissent.

L'influenza et la grippe nous arrivent pour éliminer l'accumulation d'impuretés du cœur et de l'intellect. Dans ce cas buvez de l'eau bouillante et mangez des pommes de terre cuites.

Si vous avez mal à la tête, buvez trois tasses d'eau bouillante, puis prenez un purgatif. Après avoir libéré l'estomac, prenez un bain d'eau chaude et allez vous coucher, le bain doit être court. Si vous avez une douleur d'estomac, la tête souffre aussi. Certaines fois les maux de tête sont dus à une mauvaise circulation sanguine dans la tête et le cerveau. En réalité, il ne faut avoir ni trop, ni trop peu de sang au niveau de la tête. Quand les vaisseaux sanguins perdent de leur élasticité, l'artériosclérose se déclare. Celui qui veut garder sa santé et prolonger sa vie doit conserver l'élasticité du corps. Il devra manger peu et boire de l'eau chaude qui facilite la dissolution des résidus formés par la nutrition.

Les maux de ventre disparaîtront par l'exercice suivant : le matin, boire dix gorgées d'eau bouillante toutes les cinq minutes à plusieurs reprises. Si vous êtes constipé, prenez de l'huile de ricin et buvez aussi de l'eau chaude.

Mal disposé ou fatigué, prenez un bain d'eau chaude. L'eau a une action magnétique sur le corps. Si vous avez pris froid, appliquez des compresses d'eau chaude sur l'endroit refroidi. Mettez la compresse de coton dans l'eau bouillante et de suite sur l'endroit malade pendant deux ou trois minutes. Changez la compresse une dizaine de fois et le mal disparaîtra.

Il est parfois préférable de se laver localement plutôt que de façon totale. Aux personnes faibles et fatiguées, Louis Kuhne recommande des bains de siège ou de laver seulement la moitié du corps : une journée vous vous lavez sous la taille, le lendemain au-dessus de la taille, ou bien le matin le visage, et l'après-midi l'arrière de la tête. De cette manière se réalise un meilleur métabolisme. Si vous lavez bien vos pieds, cela se reflétera favorablement sur vos mains et vice versa. De plus, lorsque vous vous lavez les pieds ou les mains, faites-le sans précipitation car se laver très vite, à la hâte, montre l'incompréhension de la règle. Mettez d'abord vos pieds dans l'eau et restez un peu dans cette position. Lavez-les d'abord par la

pensée jusqu'à ressentir une réaction dans vos mains, une sorte d'agrément, puis commencez à les laver lentement. De cette manière les forces de l'organisme se repartissent correctement. Parfois, quelqu'un prend un bain chaud et après se douche à l'eau froide. Les changements aussi brutaux sur le corps ne sont pas prévus pour l'homme ordinaire mais seulement pour les divinités. Celui qui n'est pas aguerri doit prendre des bains chauds en laissant l'énergie de la chaleur agir sur son organisme. Les douches froides que l'on rencontre dans la Nature sont bonnes mais seulement dans des conditions spécifiques, plus exactement les bains de pluie en mai, juin et jusqu'à la mi-juillet. En prenant ces bains, il est préférable de porter un vêtement léger plutôt que d'être nu. Si vous n'avez pas la possibilité de prendre des bains de pluie, prenez des douches ou des bains à une température d'environ 34 à 40°, celle qui est le plus près de la chaleur naturelle du corps.

En aucun cas ne lavez vos pieds dans l'eau froide, surtout après avoir mangé.

Si la quantité de sel dans l'organisme dépasse la normale, il est indispensable que l'excédent soit éliminé. Mangez peu de sel.

Certains recommandent des compresses froides, d'autres chaudes. L'application de compresses froides sur l'endroit malade provoque un rétrécissement des capillaires, donc une réaction particulière de l'organisme. Par contre les compresses chaudes amènent des réactions bénéfiques. L'eau chaude dilate les vaisseaux sanguins et de ce fait la circulation s'améliore.

La douche froide est recommandée seulement aux personnes excessivement irritées, nerveuses, excitées. Cette eau les libérera du surplus d'énergie accumulée dans leur organisme. Pour le coléreux, la température de l'eau ne doit pas dépasser 10°. Pour maîtriser sa colère, il lui faut prendre au moins six douches froides durant l'année, ainsi il équilibrera les forces de son organisme.

Le coléreux perd une partie de l'énergie de son organisme qui est difficile à récupérer par la suite. L'homme raisonnable, conscient, garde son énergie, ne la dépense pas de manière désordonnée. Le coléreux vieillit plus rapidement.

Contre le rhume, il faut aspirer plusieurs fois de suite par les narines de l'eau salée et légèrement chauffée. Répétez cela deux ou trois fois le soir et le matin, après quoi le rhume s'arrête car l'eau salée empêche la multiplication des microbes qui l'ont provoqué. Si vous avez du mal à vous endormir, frottez votre corps avec une serviette trempée dans l'eau chaude et couchez-vous.

Il faut savoir que la pluie de juillet à la montagne est une bénédiction. Prendre un tel bain de pluie est égal à 100 bains ordinaires. En juillet, chaque goutte de pluie est remplie d'électricité et de magnétisme.

Du mois de mai à la mi-juillet, chaque fois qu'il pleut, exposez-vous à la pluie jusqu'à bien vous mouiller, puis rentrez vite à la maison et essuyez votre corps avec une serviette propre. Changez vos vêtements et buvez une ou deux tasses d'eau chaude.

La rosée du matin, recueillie très tôt par temps clair et beau, est très bénéfique pour la santé. Vous pouvez en remplir de petits flacons et les cacheter avec de la cire. Le meilleur moment c'est avant le lever du soleil, à la lune montante, aux mois de mai et de juin.

Comment peut-on guérir de l'alcoolisme? Obligez l'alcoolique à boire deux à trois litres d'eau par jour et il guérira. Pour cela le malade doit commencer par une très petite quantité d'eau et l'augmenter progressivement. Le premier jour, qu'il boive une tasse d'eau, le deuxième deux tasses, le troisième trois tasses et ensuite quatre, cinq, six, jusqu'à quinze à vingt tasses d'eau par jour. S'il exécute cette ordonnance, il peut renoncer à l'alcool en très

peu de temps. Lorsqu'un ivrogne commence à aimer l'eau, il va s'arrêter de boire du vin et de l'alcool.

Se laver est un acte sacré. Il faut se laver lentement, en étant bien concentré. Prenez une bassine propre, versez-y de l'eau tiède, aspergez bien votre visage, de manière énergique et épongez légèrement l'humidité avec une serviette douce, comme si vous le caressiez. Le visage est sensible et délicat, c'est pourquoi il faut à peine le toucher. Après l'avoir lavé, regardez-vous dans la glace et si vous n'êtes pas content de votre visage, lavez-le une deuxième fois.

Avant et après chaque travail, lavez vos mains et votre visage. Lavez-les une dizaine de fois par jour. Jetez l'eau qui a servi sur les fleurs, les arbres mais en aucun cas dans des endroits passants ou malpropres. Lorsque vous êtes auprès d'une source pure, prenez de l'eau dans un récipient et lavez vos mains, vos pieds mais restez éloigné de la source pour ne pas salir ses eaux. Arrosez votre tête, buvez un peu d'eau, mais vous n'avez pas le droit de jeter des pierres ou des objets dans la source. La même règle vaut aussi pour les rivières, les lacs et les puits.

Le lavement des différentes parties du corps produit des changements psychiques dans le cerveau. Pour les soins et pour la guérison il est possible de vous servir de l'eau, pas seulement d'une manière physique mais aussi par la pensée, elle produira le même effet. Par exemple, vous aimeriez bien soigner votre colonne vertébrale par l'eau. Alors imaginez une fontaine ou une source qui se trouve loin de vous, puis imaginez que vous vous rendez près d'elle pour prendre de l'eau dans une cruche et ensuite revenez à la maison. Enlevez vos vêtements, versez cette eau sur votre colonne vertébrale et épongez l'humidité imaginaire avec une serviette douce.

Guérison par la respiration

L'air est dépositaire de l'énergie divine. C'est la plus grosse réserve dans laquelle la vie a stocké ses énergies.

Tout d'abord je dis que l'air, porteur des pensées divines, passe en premier dans le système respiratoire où il se transforme et de là, se dirige vers le cerveau par voie sanguine. Donc l'homme ne reçoit pas les pensées divines directement par le cerveau, c'est l'air qui est leur porteur principal. Dans les conditions présentes de la vie, si l'homme est privé d'air, il ne pourra capter aucune pensée. Dans ce sens la respiration est un acte sacré. C'est pourquoi il faut apprendre à bien respirer pour pouvoir capter les pensées divines contenues dans l'air et les transmettre ensuite au cerveau.

Chaque énergie divine qui descend doit passer d'abord par le système respiratoire et, de là, remonter dans le cerveau pour ensuite descendre dans le cœur.

La respiration de chacun est différente et correspond au degré d'évolution de l'homme. D'habitude le malade respire rapidement, les animaux aussi, tandis que l'homme en bonne santé respire régulièrement, calmement et en fonction de son développement personnel.

Quelle que soit la maladie dont vous souffrez, cherchez de l'aide dans la respiration profonde. Il n'existe pas de maladie qui ne puisse être guérie par la respiration. Une longue vie est le résultat d'une respiration profonde et régulière. La respiration en elle-même dépend de la pensée juste, positive et de la qualité des émotions. Respirez profondément et pensez que la bénédiction divine parvient à l'homme par l'air.

La respiration est un processus double : physiologique et psychologique. Son objectif final, en tant que processus psychologique, est la purification de la pensée.

Les poumons représentent un laboratoire compliqué à l'intérieur duquel se conjuguent de multiples énergies. Le prâna de l'air pénètre dans les poumons et aide à l'ozonisation du sang, même là où l'air arrive difficilement. Dans le sang ainsi purifié, sont déposés des éléments de vie.

Du fait que l'air contient de la lumière et du prâna, lorsqu'il respire, l'homme reçoit ces deux éléments indispensables au sang.

À part par l'estomac, l'homme se nourrit par ses poumons et son cerveau d'où il reçoit une nourriture supérieure à la nourriture physique. Dans l'avenir l'être humain se nourrira seulement par ses poumons et son cerveau.

Lorsque l'homme tombe malade, sa respiration s'accélère. On remarque ce fait surtout chez les personnes dont la constitution pulmonaire est faible. Elles accélèrent consciemment leur respiration déficiente en croyant s'aider de cette façon. En réalité leur état s'aggrave encore plus. La respiration normale doit correspondre au rythme naturel, au rythme cardiaque. C'est ce rythme qui est bon pour la santé.

La bonne respiration dépend de la qualité de l'air absorbé et du temps de sa rétention. Plus longtemps l'air est retenu dans les poumons, plus il est efficace. La réussite des entreprises de chacun dépend aussi de cela. Certains adeptes sont arrivés à l'état de retenir l'air pendant une demi-heure et même une heure.

Ceux qui ont perdu leur équilibre respirent de manière très accélérée.

Quand la respiration est rapide, le sang s'oxygène très vite et son épuration est partielle. C'est pourquoi la plupart des gens ont plus de sang veineux, c'est-à-dire de sang impur. À cause de cette oxygénation trop rapide, la combustion dans l'organisme se fait irrégulièrement, une partie des matériaux qui lui sont destinés ne peuvent être brûlés et ils s'accumulent sur les artères et les veines sous forme de résidus.

Hormis les poumons qui ont un rapport direct avec l'air, l'homme possède sept millions de pores par lesquels il lui est relié.

Si l'homme ne respire pas bien, la peau de son visage et de ses mains se ride prématurément. Les rides sont dues au dérangement du foie et à la mauvaise respiration.

La concentration de la pensée est en rapport avec la respiration. Plus profondément l'homme respire, plus facilement il se concentre.

Pour chaque homme il existe des méthodes de respiration particulières. Chacun peut choisir celles qui lui conviennent, conseillées par son maître ou par son médecin intérieur. Apprenez à écouter votre médecin intérieur, c'est-à-dire le divin qui vous habite.

Maintenant, lorsque je parle de la respiration profonde, je n'ai pas l'intention de vous recommander des exercices spéciaux comme en possèdent les Hindous car ils ne sont pas applicables aux Européens, je vous dis simplement de respirer profondément en vous efforçant de garder un rythme égal.

Il faut savoir une chose : beaucoup de règles et de méthodes hindoues ne correspondent pas aux règles de la Nature vivante universelle. Par exemple, si on applique à l'Ouest la science de la respiration utilisée par les Hindous, pour nous, les résultats obtenus seront contraires et négatifs. Pourquoi? Parce qu'elle a été acquise durant la descente de l'humanité, c'est-à-dire conformément à la loi de l'involution.

Les Hindous travaillent intensivement sur la respiration profonde et complète, ils accumulent ainsi beaucoup d'énergie que les Européens ne sauraient comment utiliser. En fin de compte, au lieu de se faire du bien, ils se feraient du mal.

Il est dit dans les Saintes Écritures : «Et Dieu insuffla dans ses narines un souffle de vie et l'homme devint un Être vivant». Donc en inspirant l'air, l'homme a reçu la Vie divine. C'est pourquoi, lorsqu'il se trouve en difficulté, il doit respirer car l'air est porteur d'électricité et de magnétisme qui, en passant par le nez, renouvelle le système nerveux. Par la respiration vous pouvez obliger votre cerveau à penser juste et votre estomac à travailler normalement. La respiration irrégulière est à la base de beaucoup de maladies. Vous avez mal aux pieds parce que vous ne respirez pas bien, de même pour la tête, le cœur ou la colonne vertébrale. La respiration rapide et superficielle est dangereuse, elle mène vers différentes maladies.

La force vivifiante qui guérit est le prâna répandu dans l'air! Une force existe entre l'amour et la vie, c'est le prâna. Il renouvelle la pensée. Au moment de la respiration, pensez que vous absorbez du prâna par toutes vos cellules, ne pensez pas à votre femme, à vos enfants, à ce qui est d'un intérêt secondaire, laissez de côté vos bœufs, vos abeilles, votre nourriture, vos préoccupations quotidiennes. Par la concentration de votre pensée, vous pouvez vous guérir de n'importe quelle maladie, vous protéger des malheurs qui vous menacent. Les malheurs se meuvent comme des projectiles. En vous déplaçant hors de leur trajectoire, même de très peu, ils passeront sans vous atteindre.

Plus vous retenez l'air dans vos poumons, plus vous recevez d'énergie. Ainsi, même pollué, l'air n'aura pas autant d'influence négative. Lorsque le nombre de respirations diminue, la vie se prolonge et vice versa. Si vous arrivez à une seule respiration par minute, vous avez déjà acquis beaucoup. Respirez avec joie, avec amour, le visage souriant, prenez une bonne posture, que votre colonne vertébrale forme une ligne parallèle avec celle qui joint le centre du soleil au centre de la terre, la poitrine en avant et non rétrécie vers l'intérieur. En respirant ainsi, vous vous reliez au rythme de la Nature et vous renforcez votre corps et votre esprit.

Dans les poumons existent des cellules végétales qui ont besoin d'acide carbonique. La respiration profonde avec rétention facilite l'accumulation de l'acide carbonique, renforce les cellules végétales et prolonge leur vie dans les poumons. S'il les rend plus fortes, l'homme est en bonne santé.

La santé est liée à la respiration consciente, c'est pourquoi au moins trois fois par jour, le matin, à midi et le soir avant de se coucher, l'homme doit consacrer 10 à 15 minutes à sa respiration et faire des exercices. Il doit remercier pour l'air absorbé ainsi que pour le bienfait qu'il a reçu par lui. C'est cela, la respiration consciente.

Respirez profondément pour recevoir le plus possible de prâna vivifiant. Il contient différentes propriétés : physiques, émotionnelles, mentales. Sans prâna, la pensée ne peut pas se former, les émotions ne peuvent pas se manifester et la volonté ne peut pas agir. Chacun, conformément à son développement, recevra ce dont il a besoin et exprimera son potentiel.

Quand il respire, l'homme doit ressentir que l'air est un bien inestimable. Par ses poumons, l'homme se relie à l'amour. Celui qui aime s'élargit en même temps que ses poumons.

Quand je parle de pouls régulier, de battement rythmique du cœur, tout de suite surgit la question : qu'est-ce qu'une bonne et profonde respiration? Presque tout le monde respire mal, on inspire et expire l'air seulement avec la partie supérieure des poumons. À cause de cette

respiration superficielle et faible, la force manque pour rejeter complètement l'air à l'extérieur. En conséquence, une partie de l'air vicié reste dans les poumons et forme des résidus. Si on veut régulariser sa circulation sanguine, il est indispensable tout d'abord d'inspirer profondément l'air, de le retenir un certain temps dans les poumons et ensuite de l'expulser lentement. Quand l'homme pratique comme il faut la respiration, il se renouvelle et se libère des états maladifs, aussi bien physiques que psychiques.

Il existe un prâna assimilable par la narine gauche et un prâna assimilable par la narine droite. Par la narine gauche, on reçoit le courant magnétique relié au plexus solaire et appelé «courant solaire». Par la narine droite, on reçoit le courant électrique lié au cerveau et appelé «courant lunaire». Quand on veut développer davantage son intellect, il faut inspirer l'air par sa narine droite et l'expirer par la gauche. Lorsqu'on veut développer plus son cœur, il faut inspirer par la narine gauche et expirer par la droite. En alternant la respiration, par la narine gauche puis par la narine droite, on harmonise les deux courants et on assimile l'électricité et le magnétisme d'une manière équilibrée.

Ainsi, respirez profondément et consciemment. Si vous êtes mal disposé, triste, respirez profondément. Si vous avez mal à la colonne vertébrale, au dos, respirez profondément. Vous avez mal aux pieds, aux mains, respirez! Maux d'estomac, de tête, mal au ventre, respirez toujours profondément!

Quand l'homme n'assimile pas assez de prâna par l'air, il se sent faible, angoissé, sans vie et sans force. À qui la faute? À lui-même. Recevoir davantage de prâna ne dépend que de lui car il se trouve en abondance dans la Nature.

En vivant sur la terre, l'homme a besoin de l'air pour alimenter son double éthérique et son corps astral. L'air contient cette énergie spécifique nommée par les Hindous prâna. Certains scientifiques la nomment électricité vivifiante ou magnétisme vivifiant. Vous allez à la montagne pas seulement pour l'air pur, comme le pense la plus grande partie des gens, mais aussi pour le prâna. Très tôt le matin, en vous exposant au soleil, vous assimilez des rayons lumineux qui apportent du prâna pour votre intellect et des rayons chaleureux qui apportent du prâna pour votre cœur. Quant aux poumons, c'est le matin qu'ils assimilent le mieux le prâna de l'air.

On a remarqué que plus l'homme respire profondément, plus il retient l'air dans ses poumons et plus larges sont ses narines. Le nez mince et plat montre que la respiration et la circulation sanguine sont faibles. Si le nez est trop pointu, l'homme est irritable, nerveux et coléreux. Pour se calmer, il doit respirer profondément.

Certains ont peur de respirer l'air froid pour ne pas se refroidir. Si vous respirez par la bouche, oui, vous avez raison d'avoir peur mais la Nature a aussi prévu cela. Elle a formé le nez comme un filtre qui retient les impuretés et réchauffe l'air. La muqueuse et les sécrétions du nez régularisent l'air et l'adaptent aux poumons. Quand vous sortez par grand froid, n'absorbez pas l'air d'un seul coup mais à petites doses, tout doucement pour vous adapter à la température extérieure. Commencez lentement par de petites respirations et augmentez progressivement la quantité d'air inspiré. Dans la bonne respiration existe un rythme régulier à respecter.

D'abord inspirez lentement, calmement, sans précipitation, puis retenez dans vos poumons l'air inspiré. Il n'existe pas plus grande bénédiction pour l'homme que d'inspirer lentement, de retenir l'air et de recevoir le prâna, c'est-à-dire l'énergie vivifiante qu'il contient.

La respiration habituelle est d'environ 15 respirations par minute. Quand vous faites des exercices respiratoires, essayez d'arriver progressivement à une respiration complète par minute (inspiration, rétention, expiration). Si vous y arrivez, vous serez en mesure de guérir toutes les maladies, même la tuberculose.

Pratiquez l'exercice suivant : en partant de la position mains repliées sur les épaules, dépliez tout doucement vos bras et vos mains à l'horizontale en inspirant profondément; retenez l'air et commencez à descendre vos bras près du corps en expirant lentement. Ainsi vous recevrez suffisamment de prâna, votre circulation sera stimulée et vos capillaires s'élargiront.

En tant que disciple, vous devez apprendre à vous guérir par la respiration profonde. Si vous avez mal à l'estomac ou au ventre, faites six exercices quatre fois par jour, de la manière suivante : posez la paume de la main gauche sur le ventre, paume de la main droite sur votre main gauche. En respirant profondément, vous devez arriver à sentir la contraction et la dilatation du diaphragme. Celui qui ne sait pas bien respirer ne peut être disciple du nouvel Enseignement.

Il est bien de respirer d'abord par la narine gauche en comptant jusqu'à 10 ou 15 et après de boucher la narine gauche, de retenir l'air dans les poumons 30 à 40 secondes et ensuite d'expirer lentement sur le même rythme. Quand vous inspirez par la narine droite, fermez la gauche. Durant la rétention, les deux sont fermées. Ces exercices sont indispensables pour tous, autant pour ceux en bonne santé que pour les malades mais surtout pour ceux qui pratiquent une activité intellectuelle.

Respirez calmement, d'une manière ininterrompue et avec un rythme établi. Pour vous soigner, faites entre 12 et 19 respirations le matin et avant les repas de midi et du soir (chaque inspiration, rétention, expiration, est un exercice). En faisant ces exercices, votre intellect doit être concentré. Le diaphragme descend, monte, se contracte et se dilate dans un mouvement régulier. Le diaphragme est la frontière entre le monde spirituel et le monde physique. Certaines causes de palpitations, de problèmes respiratoires, asthme, maladie des poumons, proviennent du déplacement du diaphragme par rapport à sa position naturelle. S'il se trouve trop haut, le cœur et les poumons ne fonctionnent pas bien. Par la pratique d'exercices respiratoires, les poumons remplis d'air poussent le diaphragme et l'obligent à descendre à sa place naturelle. Dans l'expiration, les muscles abdominaux doivent intervenir, ils exercent une pression sur l'air et le propulsent à l'extérieur.

C'est bien aussi de faire des exercices respiratoires en disant des prières comme «Notre Père» ou «La Bonne Prière» (annexe 2). Respirez lentement, profondément, au rythme établi, sans déviation de la pensée. Celui qui n'est pas exercé dans la respiration doit commencer à retenir l'air deux ou trois secondes et augmenter progressivement d'une seconde chaque fois jusqu'à 30 secondes. S'il arrive à la rétention de 30 secondes, il peut résoudre beaucoup de problèmes de santé comme, par exemple, maux de tête, faiblesse des poumons, problèmes d'estomac, paralysie. Tout cela disparaîtra! Soignez-vous avant d'être malade. Si l'homme ne respire pas profondément, aucun médicament ne peut l'aider. L'haleine et la transpiration de celui qui est arrivé à une excellente respiration sont parfumées et sa circulation sanguine est régulière. Quelle que soit votre maladie, cherchez de l'aide dans la respiration profonde. Il n'existe pas une maladie qui ne puisse être guérie par la respiration profonde.

Exercices respiratoires

1. En inspirant, portez très lentement vos bras latéralement et à l'horizontale. En retenant l'air, prolongez le mouvement jusqu'à la verticale. En expirant, passez les mains derrière la tête et redescendez les bras jusqu'à leur position initiale.

2. Inspirez en levant les bras lentement devant vous jusqu'au-dessus de la tête. Le regard accompagne le mouvement. Retenez l'air un moment. Expirez lentement en redescendant doucement les bras. Le regard suit le mouvement jusqu'en bas.

3. Position de départ : les deux bras sont à l'horizontale de chaque côté du corps, paumes ouvertes vers le haut.

Inspiration : inspirez lentement en repliant tous les doigts, pouce sur le majeur. En même temps, imaginez qu'avec l'air vous recevez l'Amour divin qui pénètre tout, y compris l'air, car Dieu pénètre tout, car Dieu est Amour.

Rétention : retenez l'air le plus longtemps possible en pensant que vous assimilez l'amour qui pénètre toute la Nature. Durant la rétention, repliez lentement les bras en maintenant les mains fermées et amenez-les devant la poitrine.

Expiration : dépliez lentement les bras de chaque côté du corps jusqu'à l'horizontale, puis ouvrez lentement les mains. Durant l'expiration, pensez que vous envoyez la lumière provenant de votre amour au monde entier.

4. Inspiration sur 16 unités de temps, rétention sur 16 unités de temps, expiration sur 32 unités de temps. Faites cet exercice trois fois par jour, le matin, à midi et le soir, six fois de suite. L'inspiration se fait par la narine gauche et l'expiration par la narine droite. Pratiquez cet exercice pendant deux ou trois mois.

5. Exercice respiratoire ayant pour objectif l'augmentation de la rétention de l'air. Dans cet exercice, on ne se sert pas des unités de temps. Il faut inspirer lentement et profondément, retenir l'air le plus longtemps possible et l'expirer le plus lentement possible. Le temps de la rétention peut être augmenté d'une minute, d'une minute et demie, de deux minutes, etc.

6. Quand vous êtes nerveux, irrité, en colère, faites l'exercice suivant : avec l'index de la main droite, fermez la narine droite et inspirez par la narine gauche en comptant sept unités de temps. Retenez pendant dix unités, puis fermez la narine gauche et expirez en neuf. Cet exercice aide à régulariser le système nerveux, à calmer le cerveau et à renforcer la mémoire. Si vous faites cet exercice le matin avant midi, inspirez par la narine gauche et expirez par la droite; le soir, inspirez par la narine droite et expirez par la gauche. Faites cet exercice vingt-et-une fois par jour : sept le matin, sept le midi et sept le soir.

b) Recommandations

1. Durant les exercices respiratoires, vous pouvez prononcer mentalement certaines formules. Exemple : «Je Te remercie Seigneur de tout mon cœur, de tout mon esprit, de toute ma force, des bénédictions que Tu m'as données». Prononcez cette formule le temps d'un exercice complet (inspiration, rétention, expiration).

2. Vous pouvez réciter mentalement «Notre Père» durant une respiration complète. Faites cet exercice dix fois de suite, le matin, le midi et le soir.

3. Récitez «La Bonne Prière» (annexe 2) pendant les exercices respiratoires.

4. En prenant une inspiration, prononcez mentalement les paroles force, vie, santé, trois fois de suite, ainsi que pendant la rétention et l'expiration. Répétez dix fois de suite cet exercice le matin, le midi et le soir.

5. Inspirez en prononçant mentalement le mot vie. Retenez l'air en pensant force et expirez sur le mot santé. Faites cet exercice lentement, calmement en accord avec un rythme établi, en méditant sur les mots vie, force et santé.

L'énergie vivante qui régénère notre organisme arrive par la colonne vertébrale. La mœlle épinière possède la faculté d'absorber le prâna de l'air et de le transmettre à tout l'organisme. Prenez note des formules à prononcer mentalement dans les trois phases de la respiration : inspiration, rétention, expiration.

Exemple 1

Inspiration : «Merci Seigneur pour la Vie divine que Tu as répandue dans l'air et que nous recevons par l'air». Rétention : «Je reçois la Vie divine par l'air, elle pénètre toutes mes cellules et apporte la force, la vie et la santé». Expiration : «Cette Vie divine me renforce et je la manifeste par mes actes». Par la Vie divine, on comprend le prâna. Il faut imaginer très fort le prâna comme étant une goutte qui se transmet d'une cellule à l'autre, d'un organe à l'autre et pénètre tout.

Exemple 2

Inspiration : «Que le Nom de Dieu se glorifie en moi!» Rétention : «Que le Royaume de Dieu et sa Justice s'établissent en moi!». Expiration : «Que la Volonté de Dieu soit faite!» Vous pouvez faire cet exercice cinq fois en inspirant par la narine droite et en expirant par la gauche; ensuite cinq fois en inspirant par la narine gauche et en expirant par la narine droite.

Exemple 3

Inspiration : «Seigneur, je Te remercie de venir chez moi». Rétention : «Seigneur, je Te remercie de demeurer en moi». Expiration : «Seigneur, je Te remercie de me donner Ta bénédiction».

Exemple 4

Inspirez par la narine gauche, narine droite fermée. En même temps, prononcez la formule : «Seul l'Amour divin est Amour», retenez un instant l'air et commencez à expirer en prononçant la même formule. Faites cet exercice trois fois par jour, le matin, à midi et le soir, quand vous êtes bien disposé et que vous avez du temps. Répétez chaque exercice trois ou dix fois de suite.

Guérison par le soleil

L'énergie de notre vie physique, mentale et même morale provient du soleil. C'est lui qui apporte la vie.

Seule l'énergie solaire est en mesure de rétablir la force et la santé de l'homme.

Il n'existe pas de maladie qui ne puisse être guérie par le soleil.

Les rayons solaires représentent des millions de millions d'êtres intelligents qui viennent sur terre comme pour une expédition. Chacun de ces êtres dépose sa signature sur le visage des hommes.

Le soleil est la source d'énergie vivante pour tout le système solaire. Par rapport à la terre, l'énergie solaire est positive. Elle se développe en électricité positive et négative et en magnétisme positif et négatif. L'énergie terrestre est négative par rapport au soleil. En réalité,

la terre possède les deux sortes d'énergie mais davantage l'énergie négative. Le soleil aussi possède ces deux énergies mais davantage l'énergie positive. La vie sur terre se produit par la rencontre de ces deux énergies. Le médiateur qui relie et transforme ces énergies s'appelle «éther». Il se répand dans l'espace et pénètre la terre. Les spiritualistes le nomment «plasma vivant», les mystiques l'appellent «esprit».

Le soleil contient tous les médicaments en lui. Aucune maladie ne résiste à l'action de ses rayons.

Pour se soigner, l'homme doit faire passer les rayons solaires par différents prismes, soit matériels, soit imaginés par son mental.

L'énergie solaire descend sur la terre comme un large flot, l'enveloppe du pôle nord au pôle sud et revient vers le soleil. Elle se transmet aux plantes par le «plasma créateur de vie». Quand les plantes ressentent la manifestation de cette énergie potentielle, elles se préparent et commencent à former des boutons. Lorsque l'énergie s'intensifie, elles s'épanouissent en s'efforçant de l'assimiler totalement pour la faire fructifier.

S'il constate que son organisme est privé d'une énergie particulière, l'homme éveillé la cherchera dans le soleil. Il sait que le soleil peut lui fournir toute l'énergie qui lui manque.

Les énergies que la terre reçoit du soleil sont considérablement modifiées en pénétrant dans les couches terrestres car ces dernières absorbent tous les éléments nutritifs. Il reste alors seulement les énergies inutilisables qui, ainsi modifiées, n'apportent rien pour notre développement, c'est pourquoi elles sont renvoyées de la terre vers l'espace cosmique. Ensuite, par des voies spécifiques, elles reviennent vers le soleil qui les envoie vers le Soleil central pour une transformation ultérieure et pour leur rendre leur rythme initial.

L'énergie que la terre capte du soleil peut être comparée au sang artériel et celle qu'elle rejette au sang veineux. Notre soleil joue le rôle d'un cœur. Ce rôle est exprimé encore mieux par le Soleil central. De même que le sang impur des tissus arrive vers le cœur et de là est renvoyé vers les poumons pour être purifié, de même les énergies terrestres reviennent vers le soleil pour retrouver leur rythme initial.

De minuit à midi, la terre est négative - en fait, à certains endroits seulement - donc davantage réceptive. De midi à minuit, elle est positive donc plus émissive. C'est au coucher du soleil que la terre est la plus positive et qu'elle donne au maximum. À partir de minuit, la terre commence à envoyer dans l'espace cosmique l'énergie négative, puis elle reçoit du soleil l'énergie positive. Le processus de rejet de l'énergie positive terrestre vers l'espace cosmique commence l'après-midi. Lorsque la terre en a rejeté suffisamment, elle devient à nouveau négative, c'est-à-dire qu'elle reçoit davantage d'énergies.

Nous sommes une partie de l'organisme terrestre. Lorsque ce dernier reçoit, notre organisme reçoit aussi. C'est précisément pourquoi les premiers rayons du soleil agissent avec plus d'intensité, car à ce moment-là notre organisme est le plus réceptif à leurs énergies. Le matin, le prâna vivifiant est toujours plus abondant qu'à midi et l'organisme absorbe les énergies positives les plus puissantes jusqu'à midi maximum. Après commence le reflux qui atteint son maximum au coucher du soleil. Ainsi durant les 24 heures d'une journée, l'énergie solaire passe par les cycles suivants : de minuit à midi, influx de l'énergie solaire, avec son maximum au lever de soleil; de midi à minuit, reflux des énergies terrestres.

Une heure avant son lever, le soleil exerce une influence psychique sur nos cellules et donne une nouvelle impulsion pour leur travail. C'est avant le lever du soleil que les rayons, en se réfractant à travers l'atmosphère, agissent davantage sur le cerveau. Au moment du lever du soleil, ils arrivent en ligne directe et agissent plus sur le système respiratoire et sur la

sensibilité. À l'approche de midi, ils exercent une influence sur le système digestif. C'est pourquoi la force curative des rayons solaires est différente selon les moments de la journée. Avant le lever du soleil, elle est bonne pour le système nerveux et pour le cerveau; au moment du lever, pour l'amélioration du système respiratoire et entre 9 h et midi, pour le système digestif. En général, l'après-midi l'énergie solaire possède très peu de propriétés thérapeutiques. C'est la période où la capacité d'absorption de la terre est la plus faible. Il en est de même pour l'organisme humain.

«Faire le lever du soleil» signifie se lier consciemment à lui pour donner la possibilité à ses forces de circuler dans l'organisme. S'il arrive à se lier au soleil sur le plan physique, simultanément l'homme se relie aux deux autres soleils : au Soleil du monde des esprits et au Soleil du monde divin. Si l'homme ne fait pas le lever du soleil physique, il ne peut être en bonne santé. Cette loi est connue non seulement des êtres humains, mais aussi de tous les êtres vivants.

La cause des brûlures solaires est la suivante : nos pensées, nos sentiments et nos désirs produisent une sorte d'évaporation formant une couche opaque autour de la terre. C'est pourquoi les rayons solaires sont réfractés et brûlent notre peau.

Si vous étudiez l'influence de la lumière, vous constaterez qu'à certaines heures de la journée, les rayons solaires sont bienfaisants pour la terre, principalement le matin jusqu'à midi. À d'autres heures ces rayons ne sont pas bénéfiques, on les nomme les rayons noirs ou rayons négatifs. Pour éviter leur influence, prenez garde à ne pas dormir au cours de la journée et précisément quand les rayons solaires sont actifs. Sinon vous vous sentirez mal disposé, fatigué, l'esprit las. On peut s'exposer aux rayons solaires à tout moment dans la journée à condition d'avoir l'esprit concentré, positif et d'être capable de recevoir seulement les rayons positifs. Concentrez-vous bien mais prenez garde à ne pas vous endormir. Aux vibrations noires et négatives du soleil se mélangent aussi des vibrations terrestres qui agissent négativement sur l'organisme. Tant que vous ne connaissez pas bien les lois de la réflexion, faites attention à ces vibrations. C'est pourquoi il est recommandé de vous exposer seulement aux heures matinales, jusqu'à midi au plus tard. Préservez-vous surtout des rayons de l'après-midi. Le meilleur moment pour le traitement par les rayons solaires est entre 8 et 10 h du matin.

Quand le temps est sombre, soignez-vous dans votre chambre. Par exemple, traitez vos blessures avec de l'huile d'olive ou de l'oignon, mais par beau temps, exposez-les aux rayons solaires. S'il existe un bon échange entre les énergies solaires et les vôtres, vous serez toujours en bonne santé. Seul le bien-portant peut saisir les idées du nouvel Enseignement.

Le Christ recommande le soleil comme une méthode de guérison. Dieu a mis le soleil dans le ciel pour que vous receviez sa lumière et sa chaleur, mais vous cherchez des médecins afin qu'ils vous prescrivent des traitements par des lumières artificielles. Cela n'est pas un traitement. En vous exposant chaque jour au soleil durant une demi-heure, mais consciemment, avec la participation de votre pensée, vous recevrez plus que si vous cherchez des remèdes dans les livres et chez les médecins.

Si vous êtes atteint de paralysie, soit d'une jambe ou d'un bras, si vos yeux ou votre mémoire s'affaiblissent, tout cela est dû à l'insuffisance d'énergie, à l'insuffisance d'arrivée de sang et d'éléments nutritifs vers ces organes. L'homme éveillé et conscient ne dira pas : «C'est la Volonté de Dieu» mais il se mettra au travail pour se procurer ce dont il a besoin et accumulera ainsi de l'énergie pour guérir.

Le fait de ne pas arriver à bronzer montre une santé déficiente que le soleil ne peut pas guérir car de bons échanges sont nécessaires entre le soleil et l'homme. Le bronzage obtenu

montre que le soleil absorbe tous vos résidus, toutes les impuretés de la matière dense. Si on ne bronze pas, cette matière reste dans l'organisme et crée des états maladifs.

Bien bronzer montre que le soleil, en vous donnant ses énergies, a posé sa signature.

Le soleil ne peut pas guérir l'homme qui ne possède pas d'or dans son sang. Tant d'or vous avez dans le sang, tant vous pouvez en posséder à l'extérieur. La quantité de l'or extérieur est proportionnelle à l'or contenu dans le sang. Quand le sang contient de l'or, le corps est sain, la pensée est limpide, claire, les sentiments sont nobles. L'or est l'énergie solaire condensée que les Hindous nomment «prâna». Au lever du soleil, une dizaine de minutes suffisent pour recevoir ce qui est indispensable pour l'organisme.

Ne regardez pas le soleil en face plus d'une dizaine de secondes car vous risquez de vous abîmer les yeux. Sa lumière n'est pas mauvaise mais trop forte pour la rétine qui n'est pas adaptée à cette intensité.

Si vous aviez des connaissances, vous pourriez recevoir du soleil tant d'énergie que vous guéririez de chaque maladie. Si vous saviez utiliser l'énergie solaire, vous seriez capable d'agir sur les grains de blé jusqu'à les faire grandir aussi gros que des œufs, et encore, si vous saviez comment utiliser l'énergie introduite dans les grains de blé, quel travail vous pourriez accomplir! Il faut étudier les énergies qui viennent du soleil.

En étant conscient qu'au moment du lever du soleil vous recevez plus d'Amour divin et plus de Vie divine, alors les rayons solaires exerceront sur vous une meilleure action thérapeutique. Si vous n'êtes pas lié par la pensée, si vous n'êtes pas présent, le lever du soleil devient un processus mécanique qui ne vous apportera pas grand-chose.

Notre organisme est composé de milliards de cellules qui possèdent, comme la terre, la propriété de capter les rayons solaires, de les transformer et de retenir seulement le prâna nécessaire à leur régénération et à leur guérison. Si vous êtes mal disposé, allez dehors, exposez votre dos au soleil et vous recevrez de lui ce qu'aucune pensée philosophique ne peut vous donner.

Quand vous prenez des bains de soleil, il est préférable que vous soyez habillé de blanc ou de vert clair car ces couleurs sont très bénéfiques. Ce qui est important, c'est la transpiration. Quand vous voulez vous soigner par le soleil, si vous êtes en plein air, pour provoquer la transpiration, couvrez-vous d'un tissu ou d'un vêtement imperméable. Il est nécessaire de concentrer votre pensée, de vous lier à la Nature bienfaisante pour qu'elle vous guérisse.

Les bains de soleil dans les montagnes sont à préférer car en altitude le rythme des énergies solaires n'est pas dérangé par le nuage des pensées astrales qui enveloppent la ville.

Selon les saisons, les rayons solaires agissent différemment. Au printemps ils ont une plus grande capacité curative car la terre, négative, capte davantage. À partir du 22 mars la terre devient peu à peu positive jusqu'en été où elle est déjà assez positive. Pendant cette période, les rayons solaires agissent plus faiblement.

Pour la régénération, la meilleure époque commence le 22 mars et continue tout au long des mois d'avril et de mai, jusqu'au 22 juin. À partir de cette date, la croissance s'arrête.

Certains jours de septembre, la puissance de l'énergie vivante est tout aussi efficace que pendant le mois de mai. Profitez des rayons solaires ces jours-là. Vous constaterez aussi la présence d'êtres lumineux autour de vous.

Beaucoup de maladies peuvent se soigner par l'énergie solaire. De plus il est prouvé qu'il existe un temps propice pour la guérison de chaque maladie. Certaines sont facilement éliminées au mois de mai, d'autres en juin, en juillet, etc.

Entre 8 et 9 h du matin l'action du soleil est la plus curative. Au lever du soleil, les rayons sont très bénéfiques pour les gens anémiés. Vers midi, ils sont trop forts et n'agissent pas bien sur l'organisme.

Il existe aussi un certain angle sous lequel il faut exposer le dos pour bénéficier au mieux de l'action solaire. En changeant cette inclinaison, vous ne pouvez pas profiter de l'intelligence des rayons solaires. Lorsque l'on parle de soleil, il ne s'agit pas seulement du soleil physique mais aussi du soleil spirituel comme une manifestation de forces dotées d'intelligence, comme une expression des êtres porteurs de l'amour et de la sagesse.

Dans l'avenir, quand les humains parviendront à cette connaissance, ils traiteront les maladies seulement par les rayons solaires. Ils sauront quels rayons conviennent pour telle maladie ou tel défaut et comment s'en servir. Sous l'influence du soleil, la conscience cosmique de l'homme s'éveillera.

Les énergies qui sortent du soleil possèdent de grandes réserves de forces vivantes et curatives. S'il veut en profiter consciemment, l'homme doit exposer son dos aux rayons matinaux et même avant le lever du soleil. Les énergies qu'il reçoit à ce moment-là sont égales aux énergies qu'il aurait reçues en s'exposant toute la journée au soleil. Même par temps nuageux, vous pouvez sortir avant le lever du soleil, concentrer votre pensée, méditer en vous tournant vers lui. Les nuages vous empêchent seulement de voir le soleil mais ses énergies vivifiantes sont bien là et passent à travers tout. Aucun obstacle ne peut empêcher la pénétration des rayons solaires.

Si vous souffrez d'eczéma, si vos cheveux commencent à tomber, si vous avez des rhumatismes, que votre abdomen est gonflé, construisez-vous une terrasse vitrée exposée au soleil (bien sûr si vous en avez les moyens). Dénudez-vous jusqu'à la taille, allongez-vous, la tête au nord et les pieds au sud. Pendant une demi-heure, exposez votre poitrine au soleil mais protégez votre tête; après tournez-vous dos au soleil et restez encore une demi-heure. Vous pouvez continuer ainsi en alternant le dos et la poitrine jusqu'à provoquer une bonne transpiration. Si vous pouvez faire 20, 30, 40 bains de ce genre, toutes les maladies et indispositions disparaîtront. Ainsi, vous pouvez exposer tout votre corps, pourvu que ce soit avant 10 h du matin. Si ces bains de soleil provoquent une réaction sur votre colonne vertébrale, sur votre cerveau, sur vos poumons, tout votre corps recevra ses bienfaits. Le cerveau est comme une pile. S'il commence à bien recevoir et se remplir des énergies solaires, ensuite il les enverra vers toutes les parties du corps qui guériront progressivement.

Plus vous recevrez de lumière solaire, plus votre douceur augmentera et votre magnétisme se développera.

Lorsque l'homme ouvre ses mains, les paumes face au soleil, tout son corps peut se réchauffer.

Sortez chaque matin au soleil entre 7 et 8 h, exposez votre dos d'abord au sud, ensuite un peu au nord et un peu à l'est. Dirigez votre pensée vers le Seigneur et prononcez la formule : «Seigneur, illumine mon intellect, donne la santé à tous les humains et avec eux, à moi aussi.» Commencez à penser aux choses les plus belles que vous connaissez. En faisant cette expérience durant un an, vous constaterez des bienfaits à 99 %.

La bonne influence du soleil sur l'homme s'exprime par la qualité de son sang artériel. Le soleil élève les pensées et les sentiments, ce qui purifie le sang.

Certaines maladies ne se traitent par aucun médicament mais guérissent sous l'influence douce des rayons solaires. Par exemple tous gonflements et excroissances disparaissent en deux ou trois mois. Quand l'homme est lié à Dieu, la lumière divine le pénètre, les bosses et les tumeurs s'atténuent jusqu'à leur disparition.

Le meilleur chirurgien que je connaisse est la Nature, les rayons solaires. Il dissèque parfaitement et enlève seulement la chair putréfiée sans toucher à celle qui est saine.

Si vous voulez vous soigner, exposez votre dos aux rayons solaires très tôt le matin. Si vous voulez acquérir la paix intérieure, exposez votre dos au soleil couchant, le visage tourné à l'est.

Je vous dis souvent que l'homme doit apprendre à dialoguer avec la lumière. Vous avez mal au dos, exposez-le au soleil, pensez à la lumière solaire, à ce qu'elle contient et les douleurs disparaîtront. Toutes les maladies de l'intellect proviennent d'insuffisance de lumière, celles du cœur d'insuffisance de chaleur, celles de l'âme d'insuffisance de vérité.

Une personne qui tombe malade doit se lier aux énergies du soleil et de la lune. Si elle ne le peut pas directement, qu'elle utilise les plantes et les minéraux susceptibles de transformer ces énergies.

Il existe des manières particulières pour capter la lumière solaire, pas seulement par les yeux. D'ailleurs, ne regardez pas le soleil quand il est très fort mais seulement à son lever. Très peu de gens savent bien utiliser la lumière, l'air et l'eau; la plupart respirent seulement par les poumons et ignorent le corps astral et le double éthérique par lesquels on peut aussi respirer.

Exposez votre dos au soleil et quelle qu'en soit la cause, votre indisposition disparaîtra. Si elle est due aux pensées négatives, exposez votre dos au sud et votre visage au nord. Vous avez un rhume ou vous avez pris froid, alors tournez votre dos au soleil vers le sud. Si les énergies qui ont provoqué votre indisposition sont positives, exposez votre visage au sud et votre dos au nord. Les rayons solaires guérissent toutes les maladies.

Guérison par les couleurs

Chaque maladie est guérissable par les rayons lumineux : rouges, bleus, jaunes, oranges, violets, et selon la maladie on choisit une couleur.

Pour vous, l'important n'est pas de vivre dans des couleurs différentes mais dans les énergies de ces différentes couleurs.

Celui qui veut transformer sa vie doit se lier à la lumière même et puiser dans son énergie.

Vous trouverez les couleurs les plus belles dans les plantes. Elles représentent la plus grande exposition artistique. Elles sont des pages du Livre divin.

La lumière extérieure, visible, est le résultat des pensées des entités supérieures. Elle provient de leurs yeux. Les animaux, quant à eux, reçoivent la lumière que nous projetons.

Les effets de la couleur dépendent de sa vibration. Plus les vibrations d'une couleur sont intenses, meilleur est le résultat. Quand vous êtes indisposé, il faut savoir pourquoi, dans quelle couleur vous vous trouvez et quelle est celle qui peut vous rétablir.

La lumière se manifeste par des vibrations mais les vibrations ne sont pas encore la lumière. De même, la pensée se manifeste par le cerveau mais ce n'est pas le cerveau qui crée la pensée.

L’homme reconnaît seulement sept couleurs de la lumière sans soupçonner qu’il en existe encore cinq à découvrir. Sur la terre, l’homme aurait la possibilité de voir 12 couleurs de la lumière.

Plus nombreux sont les rayons jaunes dans le cerveau, plus les pensées de l’homme sont saines. Lorsque sa pensée n’est pas éveillée, l’homme est privé des rayons jaunes. Les trois premiers rayons du spectre influencent la vie physique, les trois suivants influencent la vie spirituelle. Par vie spirituelle, on comprend l’intelligence éveillée de l’homme qui prend conscience de ce qui se passe en lui, dans sa vie physique.

Avant d’être malade, chacun devrait se traiter par des rayons lumineux. Les sept rayons représentent sept mondes de l’Intelligence cosmique, chacun envoyant son propre rayon lumineux. Tous les sept représentent le spectre solaire. Plus forte est la couleur, plus proche de nous est le monde qu’elle représente. D’après les sept couleurs de l’arc-en-ciel, on peut reconnaître vers quel domaine nous nous dirigeons. Quelle est la couleur dominante sur la terre? Le vert. Tous les êtres sur terre sont immergés dans la couleur verte. En même temps, nous sommes reliés aux planètes et au soleil, ainsi qu’aux êtres qui les peuplent.

Les scientifiques commencent à comprendre que chaque couleur a un rôle déterminé. Par exemple, le vert est la couleur de la matière. Le rouge est une couleur active, il est plus lié au monde animal. L’orange est la couleur de l’extrême individualisme. Les couleurs qui correspondent à l’évolution des hommes de notre époque sont le bleu clair et le jaune clair.

D’autre part, le rayon rouge est aussi composé de sept nuances, chacune avec sa propre intensité vibratoire et ses différents nombres de vibrations. L’homme qui possède un œil bien développé est en mesure de reconnaître les sept différentes nuances de la couleur rouge et de les utiliser consciemment. Quand elles sont négatives, il sait les transformer en positives. Les nuances des couleurs représentent un livre à déchiffrer et à interpréter. Celui qui peut différencier les sept nuances du rouge et utiliser chacune d’entre elles conformément à ses propriétés arrivera à un bien-être parfait.

Vous êtes malade? Votre maladie est due à une insuffisance de lumière dans votre organisme. Comment guérir? En recevant la lumière qui vous est indispensable. Chaque maladie sera guérissable par les lumières rouge, orange, jaune, verte, bleue, indigo, violette. On choisira la couleur en fonction de la maladie. Si vous souffrez d’insuffisance ou de surplus de lumière dans votre organisme, vous êtes exposé au déséquilibre qui se manifestera soit sur le plan physique soit sur le plan psychique.

Les sept rayons de la lumière existent dans les différents mondes, à différentes octaves et ils se différencient par leur action et leur signification. Dans le monde physique ils signifient une chose, dans les autres mondes, d’autres choses. Dans sa manifestation de basse octave, la lumière rouge exprime la lutte, la violence des éléments. Tous les êtres qui, d’une manière ou d’une autre, ont stocké cette lumière dans leur sang sont extrêmement actifs et brutaux. Le froid est le signe d’une faible quantité de lumière. Derrière la lumière ordinaire il existe des énergies d’une plus haute origine et, derrière elles, il y a une Intelligence. La couleur rouge pure est en mesure de produire de la vie, de la vitalité et de la joie de vivre. La couleur pure orangée donne une noble individualisation au service de Dieu; impure, elle provoque le doute et l’incrédulité.

Le jaune pur apporte l’équilibre aux sentiments, la paix, le silence, l’intelligence mais dans ses manifestations inférieures, il engendre des sentiments intéressés comme la cupidité.

Le vert pur donne croissance en toute chose. Dans son expression inférieure, il favorise l’attachement aux choses matérielles et les sentiments de conservation.

Le bleu clair limpide donne la foi, une élévation, un élargissement des sentiments jusqu'aux plus sublimes. S'il manque de pureté, il apporte des doutes, la vanité.

La couleur bleu marine apporte le calme, la solidité, la stabilité, la détermination. Dans sa nuance impure, l'instabilité.

Le violet pur est lié à la force de l'esprit nécessaire pour réaliser des buts supérieurs. Dans son expression impure, cette force est utilisée pour des intérêts personnels.

La lumière parle à l'homme simultanément en sept langues différentes qui correspondent aux sept couleurs de la lumière. Celui qui comprend toutes ces langues est en bonne santé, omniscient, plein de force. Le malade, l'ignorant, le faible peuvent guérir par les rayons de la lumière car chacun d'entre eux est relié aux énergies spécifiques de l'organisme humain. Ainsi le rayon rouge est en rapport avec les énergies du cœur, l'orange avec les énergies de l'intellect, le vert avec les énergies de la volonté, le jaune avec les énergies de l'âme, le bleu avec les puissances, les forces de tout le ciel, le violet avec les forces de l'esprit.

Beaucoup de gens souffrent et sont dépendants des drogues, de l'alcool, du vin, des spiritueux, du tabac, etc. Dans la vie psychique, il existe aussi des choses enivrantes comme certaines pensées et sentiments qui ont le même effet sur vous que l'alcool. Celui qui ne les distingue pas les absorbe et se rend malade. Il en souffre jusqu'au moment où il se libère d'elles. Quelquefois la cause des maladies vient simplement du manque d'une certaine couleur dans l'homme. S'il lui manque la couleur rouge de l'amour, le jaune de la sagesse ou le bleu de la vérité, il tombera sûrement malade. Les couleurs peuvent être apportées aussi bien dans l'organisme physique que dans le psychisme.

Plus l'homme est intelligent, plus sa lumière est claire. Si son intelligence diminue, sa lumière se teinte d'une nuance bleuâtre, puis d'une faible nuance jaunâtre, et ainsi de suite. Par la couleur, on juge du niveau de l'intelligence humaine. Quand vous considérez le cœur où est situé le centre de l'amour, vous voyez une couleur d'une nuance rose très douce. En même temps se dégage une irradiation d'une chaleur agréable et douce. Enfin, pour ce qui est de la volonté, il émane de l'homme une lumière blanche qui est la couleur des vertus. Entre les trois couleurs principales - le brillant, le blanc et le rose - s'interpénètrent les autres couleurs. Cet entremêlement de couleurs est nommé l'aura humaine par laquelle le clairvoyant reconnaît le niveau de développement spirituel et intellectuel de l'homme.

La couleur rouge agit sur l'aura de l'homme et le rend actif. L'orange influence la vie privée et rend l'homme individualiste. Le jaune apporte de l'espace et du calme à l'intellect.

En devenant de plus en plus foncées, les couleurs changent leur spécificité. Par exemple, le bleu clair peut être considéré comme la base de la vie spirituelle, mais le bleu foncé incite à la tristesse et favorise les chagrins de l'âme. Les couleurs claires, jaune clair et bleu clair, apaisent le système nerveux. La couleur verte, liée à la croissance, régularise les courants magnétiques et électriques dans l'organisme humain. Celui qui veut croître, être en bonne santé doit se relier à la couleur verte. Le violet est en rapport avec la volonté.

Voilà ce que je vous recommande pour la guérison et le rajeunissement : achetez-vous un prisme d'un demi-mètre de long et 20 cm de large, installez-le dans votre chambre et concentrez votre attention sur une couleur, selon votre maladie. Si vous souffrez d'anémie, isolez mentalement la couleur rouge du spectre et imprégnez-vous d'elle durant une dizaine de jours.

Si votre estomac est dérangé, prenez la couleur verte du spectre. Si c'est votre système nerveux, concentrez-vous sur le bleu clair. Les couleurs de la lumière ont le pouvoir de guérir toutes les maladies.

Travaillez avec les couleurs, avec leurs différentes nuances, comme des méthodes aptes à guérir les maladies mais aussi à fournir les énergies qui font défaut à votre organisme. Tout le monde n'a pas besoin des mêmes énergies, c'est pourquoi nous sommes attirés par des couleurs différentes. Si vous ne possédez pas d'objets qui vous relient aux couleurs respectives, travaillez par la pensée en prononçant des paroles qui éveillent en vous des images évoquant cette couleur. Par exemple si vous dites «bleu», vous imaginez soit bleu foncé, soit bleu clair. La couleur foncée est celle des profondeurs, c'est pourquoi elle vous amène en bas, vers les vallées de la vie. Le bleu clair rappelle le ciel, les hauteurs, il amène votre pensée très haut sur les sommets des montagnes. Chaque couleur induit des états d'esprit différents.

Celui qui a développé une sensibilité trop aiguë souffrira de neurasthénie. Qu'il utilise la couleur bleue de la lumière en déversant mentalement chaque matin sur sa tête, sa poitrine et son estomac des rayons lumineux bleus.

En général l'homme doit diriger vers ses organes des rayons lumineux colorés pour équilibrer les courants énergétiques car dans certains endroits de l'organisme se produisent des blocages d'énergie qui amènent des anomalies. Donc travaillez en déversant sur le corps des rayons lumineux soit bleus, soit jaunes ou autres. On peut les recevoir du soleil mais il faut tout d'abord employer un prisme à l'aide duquel on obtiendra les couleurs pures du spectre sur le mur. Ensuite on concentrera son attention, par exemple sur la couleur bleue, et on essayera de l'introduire en soi. Puis on fermera les yeux pour essayer de visualiser cette couleur afin d'en imprégner son cerveau. Après avoir fait plusieurs exercices de ce genre on pourra, par sa volonté, reproduire la couleur choisie et arriver à se guérir. En faisant toutes ces expériences, au début vous allez constater une grande obscurité dans votre intellect. Au bout d'un moment, comme sur un écran, telle une aube qui se lève à l'horizon, une petite lumière apparaîtra dans votre cerveau et grandira petit à petit jusqu'à devenir si intense qu'elle sera capable de guérir la maladie.

La pureté est le meilleur remède contre toutes les maladies. Le ton principal à la base de la vie, le rouge, ne peut s'acquérir autrement que par la pureté qui est son conducteur. La couleur rouge apporte les matériaux qui servent à bâtir la vie. La couleur rouge visible est seulement une ombre de la vraie lumière rouge. Le rouge de l'arc-en-ciel n'est pas encore la couleur rouge de base. Le rouge vous apportera de la joie, de la lumière, de la force. Si vous pouvez le capter, vous obtiendrez un apport considérable de forces bienfaisantes.

La lumière rouge apportée à l'organisme d'un anémique contribue à la multiplication de ses globules rouges et à l'augmentation de sa vitalité. Introduisez la lumière orange et l'homme deviendra indépendant, il commencera à penser librement. Introduisez le vert, il commencera à bâtir, à créer. Dans chaque couleur la Nature a caché une certaine catégorie de forces bien particulières. En sachant cela l'homme éveillé peut acquérir celles qui lui font défaut. Par la réception de la lumière rouge, on peut réussir à donner à son visage une expression belle et saine. Il n'y a pas de meilleur cosmétique que l'action de la lumière rouge sur l'organisme, pas de moyen plus simple et plus naturel que la couleur rouge pour améliorer l'état de santé et acquérir de la vitalité. Par contre les rouges à lèvres, les pommades, les poudres encrassent les pores, atrophient les cellules et les abîment. On peut utiliser certaines poudres seulement sur la peau irritée d'un bébé mais pas sur celle d'un homme en bonne santé. Le visage doit être beau, expressif et lumineux.

Tant que l'homme ne parvient pas à intégrer la lumière rouge, il est exposé à de multiples états maladifs. S'il n'est pas apte à recevoir la lumière orange, il perd son autonomie. S'il ne reçoit pas bien la lumière verte, sa croissance s'arrête. Une mauvaise réception de la lumière jaune stoppe son évolution mentale. De même, quand la lumière bleue

est mal reçue, la compréhension spirituelle se déforme. Le manque de violet engendre la perte de la force de volonté.

La couleur blanche qui est la base de la bonne santé apporte le bien-être à l'homme, tandis que la couleur noire amène des états négatifs, pessimistes. Lorsqu'un homme est malade, il doit se vêtir de blanc. Qu'il change souvent les couleurs car elles donnent mouvement et vie, et influencent d'une manière différente. Chacun doit traverser toutes les tonalités de la gamme colorée. De plus, il faut savoir combien de temps rester dans la vibration de chaque couleur car en dépassant le temps nécessaire dans une couleur, on risque de provoquer une certaine saturation.

Le noir est la couleur du repos, de la concentration : après avoir travaillé toute la journée, l'homme doit se replier en lui-même et ne rien donner à l'extérieur. Le noir n'est pas une mauvaise couleur. Au point de vue psychologique, elle peut avoir une action bénéfique, car elle préserve les énergies. Lorsque quelqu'un est très nerveux, il lui est recommandé de porter des vêtements noirs pour ne pas disperser ses énergies. On fait porter des vêtements blancs aux enfants, c'est bien car ceux-ci possèdent beaucoup d'énergie qu'ils projettent autour d'eux.

Si le cœur est malade, si la pensée est perturbée, pour instaurer l'équilibre, faites pénétrer le rayon rouge dans l'organisme. En cas de dérangement du foie, il faut savoir introduire le rayon vert. Toutes les couleurs peuvent être captées par le prisme. Derrière chaque rayon lumineux se cache une force de l'esprit de la Nature.

Si la lumière rouge est en excès et que les autres manquent, l'homme est prédisposé à la colère.

Lorsque l'on souffre de maux de tête, des yeux, de rhumatismes ou d'autres maladies, faire des expériences avec les rayons lumineux pour constater comment ils agissent sur l'organisme. De nombreuses façons de guérir les maladies existent, mais la guérison par les rayons lumineux est une des plus efficaces.

Vous voulez vous libérer d'une certaine défectuosité, alors faites passer par votre cerveau les couleurs lumineuses rose et jaune. Les couleurs brillantes, lumineuses, comme par exemple le bleu clair et le jaune clair, calment le système nerveux. Le vert lumineux régularise les courants magnétiques et électriques aussi bien dans la Nature que dans l'organisme humain.

La peur est une faiblesse provenant de l'intelligence inférieure. Si elle est très forte chez quelqu'un, pour se soigner, l'utilisation de la couleur orange est recommandée comme moyen d'harmonisation des forces.

Vous êtes découragé, dans une impasse ou un état de confusion mentale, servez-vous de la couleur jaune! Faites ressortir le rayon jaune du prisme et essayez de ressentir qu'il brille dans votre intellect.

Le bleu apporte du calme. Le bleu ciel est particulièrement bénéfique au système nerveux. Celui dont la foi est faible doit évoquer la couleur bleue pour éliminer l'incrédulité.

La force du caractère provient du violet.

Utilisez la lumière rose quand vous êtes indisposé et le rouge lumineux pour acquérir la santé.

Il n'est pas recommandé d'observer trop longtemps une couleur lumineuse en particulier.

Ce serait bien de porter avec vous un petit bloc-notes et de glisser entre les pages sept fils de soie, correspondant aux couleurs du spectre. Selon votre indisposition, jetez un coup d'œil sur un des fils colorés en rapport avec elle. La Nature guérit par les couleurs.

Je vous dis ceci : de la même façon que les humains s'habillent dans des vêtements de différentes couleurs, chaque sentiment ou acte est revêtu de différentes couleurs.

Guérison par la musique

Dans le monde physique, la musique est indispensable pour établir l'ordre dans la matière désorganisée. Le monde physique est désorganisé. Par la musique, la matière vibre harmonieusement.

La musique est une méthode divine pour calmer le monde. Par la musique, les entités supérieures peuvent arriver jusqu'à nous. Si vous chantez, vous attirez les entités évoluées qui viennent pour vous aider. Si vous ne chantez pas, elles ne s'intéressent pas à vous.

La science ésotérique recommande le chant comme une méthode de transformation des énergies négatives en énergies positives.

La musique organise le corps humain et à partir du corps, la pensée. Les cellules s'organisent à partir de la pensée. La musique augmente et intensifie les vibrations de l'organisme.

Depuis les temps anciens, la musique est utilisée comme une méthode de guérison et de transformation des énergies. Aujourd'hui aussi, l'homme peut utiliser la musique pour se guérir et se transformer. Certains états ne peuvent être changés en aucune manière, sinon par la musique.

Le chant est un appel de l'âme humaine à la Nature. Comme celle-ci est bienveillante, en retour elle envoie ses forces intelligentes et créatrices à l'homme pour le rétablissement de sa santé. Si vous demandez au malade de chanter chaque jour un peu, il guérira. Au contraire, si le bien-portant arrête de chanter, il se rendra malade. La musique est à la frontière entre le monde physique et le monde spirituel. Par elle l'homme peut transformer ses énergies. Par le chant une énergie vitale spécifique s'introduit dans l'organisme humain. Si vous êtes nerveux, irrité, mal disposé, commencez à chanter, votre état s'améliorera aussitôt. Par le chant, vous pouvez développer des capacités et des talents tels qu'ils ne sont accessibles par aucun autre moyen.

Afin d'être en bonne santé, normalement développé, l'homme doit acquérir un équilibre intérieur entre les forces de la matière dont son corps est composé et la puissance de ses pensées et de ses sentiments. La musique est un moyen pour entretenir cet équilibre. Celui qui connaît les lois de la musique de la Nature est en mesure de stopper l'action destructrice des parasites dans son organisme et de rétablir son bien-être.

Le chant n'est pas un divertissement mais une méthode d'harmonisation des énergies. Il faut chanter pour acquérir des énergies. Si le malade ne chante pas, il mourra avant terme. Il doit chanter pour fournir à son organisme les énergies perdues.

Quand l'homme chante, l'âme et l'esprit doivent s'investir. Ainsi les vibrations changent, leur intensité augmente et tout se reflète d'une manière bienfaisante sur l'organisme.

Quand vous chantez, l'amour, la sagesse et la vérité doivent prendre part à votre chant et exprimer tout ce que Dieu a déposé en vous.

Aujourd'hui beaucoup de médecins occidentaux soignent leurs malades par la musique. De par sa nature, le Bulgare est pessimiste, c’est pourquoi afin de transformer cette prédisposition, il a composé des chants pour danser en groupe. La musique réjouissante agit sur la santé. Certains chants tristes peuvent mettre au lit même le bien-portant. Les chants bulgares utilisés pour la danse folklorique sont bénéfiques.

Vous ne vous servez pas encore de la musique comme moyen de guérison et de développement de vos possibilités et talents. Par la musique, vous pouvez produire des forces en vous, liquider votre découragement et faire disparaître vos douleurs. Chanter une, deux, trois, quatre, cinq fois le même son - la même note - ou toute la gamme et vous verrez que votre état s'améliorera.

Vous avez été cambriolé. Pourquoi aller chercher le voleur et raconter à gauche et à droite ce qui vous arrive? Pour dépasser votre état d’âme perturbé, dites-vous plutôt : «Je vais chanter et donner un petit concert!»

Les sons musicaux sont liés à l'organisme humain. Le cerveau possède ses propres sons et vibrations, de même que le cœur, l'estomac, le foie, les muscles, les os. Tous résonnent et vibrent de façon spécifique. Dans l'avenir la musique jouera un rôle essentiel pour la guérison.

Le malade doit chanter toute la journée pour guérir, et le bien-portant pour préserver sa santé.

En s’exerçant à prendre le son «ré» et à le chanter de mieux en mieux, on améliore l'état des poumons.

Le cœur est relié au son do,

le système respiratoire au son ré,

le foie au son mi,

les reins au son fa,

la rate au son sol,

la vésicule biliaire au son la,

le système digestif au son si.

Lorsque le système respiratoire réagit musicalement à toutes les notes de la gamme, ceci montre qu'il est bien développé. Au moindre dérangement, le son propre à un des systèmes de l’organisme change, passe dans un autre. Cela crée déjà une certaine dysharmonie des organes que l’on nomme maladie.

Les maladies de l'estomac arrivent par la perte d'intensité de ses vibrations, de même pour les poumons. Ainsi vous pouvez utiliser la musique pour augmenter les vibrations de votre corps et le guérir.

Il existe des musiques capables de dompter les fauves. Certains chants peuvent guérir et même chasser la mort qui s’enfuit car elle en a peur.

Celui qui chante est rarement malade. S'il tombe malade il guérit facilement, c'est pourquoi la musique est une bonne méthode curative.

Quelquefois je rends visite à un malade resté seul. Dans sa solitude il pleure mais je constate que même ses pleurs ressemblent à un chant, ils sont comme une musique, alors je me dis que cet homme va guérir. S'il arrête de chanter, il ne guérira pas; s’il chante, il guérira.

Sans la musique, sans le chant, le corps se démagnétise. L'âme aussi s'harmonise par la musique.

Souvent vous vous plaignez de vos maladies et de vos souffrances. Alors, je vous dis : «Chantez à vos maladies et à vos souffrances.» Si vous êtes malade et ne pouvez pas bouger vos jambes, chantez! Chantez toute la journée, toute l'année, chantez à votre maladie et vous verrez le résultat.

En sachant bien chanter, vous pouvez vous guérir et guérir vos proches. Toutes les maladies, migraines, maladies des poumons, rhumatismes, peuvent guérir au moyen de différentes musiques.

Le monde matériel est né du chaos, c'est pourquoi il n'est pas organisé. Le monde solaire, lui, organise la matière chaotique. Le rhumatisme est une matière désorganisée accumulée sur les articulations, qui empêche la bonne circulation sanguine. C'est à cette matière qu'il faut chanter. Le chant crée un mouvement qui vous débarrasse de la boue. Il est un courant puissant qui nettoie tout l'organisme, mais seulement le chant auquel chaque cellule, chaque fibre prend part. La Nature chante, les oiseaux chantent au printemps, le parfum des fleurs est aussi un chant.

Quand vous sentez que vous allez tomber malade, n'ayez pas peur, ne cherchez pas tout de suite de l'aide à l'extérieur mais commencez à dialoguer avec votre maladie. Demandez-lui d'où elle vient et ce qu'elle attend de vous. Quand vous comprenez ses intentions, ne la chassez pas tout de suite, commencez à lui fredonner un chant. Elle va rester un peu chez vous en visite et après elle partira. Tout le monde veut être en bonne santé mais ne sait pas comment l'obtenir.

Certains malades guérissent au son du violon, d'autres de la guitare, un troisième de la flûte, etc. Les différents instruments ont une influence spécifique sur chacun. Si le malade aime le violon, jouez-lui du violon, mais une musique dont la vibration est ascendante, pas une musique en gamme mineure.

Les palpitations accélérées du cœur sont guéries par des chants qui commencent par le son «do», non pas le «do» pris par un diapason, mais le «do» naturel. Si vous le prenez très juste, vous allez ressentir de suite un état de calme, une petite joie intérieure comme si vous aviez acquis quelque chose. Quoique toute petite, cette joie apporte une lumière à votre âme, un éclaircissement comme si le soleil se levait en vous. Le ton principal «do» est une clé pour la vie. Chacun peut en faire l'expérience pour vérifier cette vérité. Quand quelqu'un veut chanter, il doit préalablement s'accorder au son naturel, dans la clé naturelle. Il doit rester debout, détendu, environ 10 à 15 minutes, jusqu'à se libérer de toutes difficultés et contradictions dans son mental. Qu'il commence à méditer sur l'intelligence de la vie et après qu'il chante! Ainsi il prouve qu'il a réussi à tourner la clé musicale qui lui a été donnée, que le soleil s'est levé en lui et que son organisme a la possibilité de faire circuler les énergies de la Nature. Si le son «do» était bien pris, l'homme serait en état de recevoir l'énergie vivante du soleil et de la transmettre à tous ses organes.

Si vous êtes anémié, prenez souvent le son «do», c'est le son de la vie. Par lui, vous apporterez un peu d'or à votre organisme.

Celui qui est un peu dur et brutal de caractère, qu'il joue la musique de Chopin, elle lui transmettra de la douceur. Celui qui a perdu le sens de la vie, qu'il joue Bach. Celui qui n'aime ni lire ni penser, qu'il joue Beethoven. Celui qui n'aime pas la poésie, qu'il joue Mozart. Chaque musicien est comme un «bon fruit» et il faut choisir l'un ou l'autre en fonction de son

état. Ce n'est pas la même chose si vous mangez des pommes, des poires, des cerises, du raisin ou d'autres fruits.

Dans la musique initiatique, les mots «Zoun» «Mézoun» mettent en équilibre les forces qui régularisent tout. Ainsi celui qui veut équilibrer les forces en lui peut chanter «Sila jiva izvorna tetchouchta» (annexe 3). Dites à un malade de chanter, notamment «Sladko mèdèno» ou encore d'autres chants, et il guérira.

Quand on cuisine il faut chanter, quand on travaille dans les vignes il faut chanter, quand on sème, pendant la moisson, chantez! Le chant est comme une formule magique, il est la pensée juste.

Si vous êtes malade, si vous avez faim, chantez le chant «Blagost» (annexe 3).

Après une perturbation, arrive une maladie. Quand deux personnes se sont fâchées, bagarrées, un refroidissement, une infection ou une blessure quelconque peut arriver. Dans ces cas, chantez «Sladko mèdèno» (annexe 3). Toutefois la musique ne guérit pas toutes les maladies.

Si vous êtes malade, pauvre, que vous ne pouvez pas aller chez le médecin par manque d’argent, chantez un chant comme «Krassiv è jivota, na nachata doucha, chto izpeulnia tsèlata zèmia» (annexe 3), chantez-le trois fois et vous guérirez. Puis chantez «V’natchalo bé Slovoto» (annexe 3). Vous vous dites : «Mais si je le chante, est-ce que je vais vraiment guérir?» Et si vous ne le chantez pas, est-ce que vous allez guérir? Alors chantez et ne vous posez pas la question! Si vous chantez, vous guérissez!

Dans l'avenir les médecins guériront par la musique et par les chants. Aujourd’hui vous pouvez en rire! Les humains ne soupçonnent même pas combien ils sont ridicules et déformés sans musique : c’est-à-dire musique dans les rapports, dans les mouvements, dans les sentiments, dans les pensées, dans les actes*. *Ndt : Le Maître Peter Deunov a composé plus de 200 pièces musicales chantées ou instrumentales. Le lecteur intéressé peut s’adresser aux Éditions Bialo Bratstvo à Sofia (Bulgarie), aux Éditions Prosveta, Boîte postale 12, 83601 Fréjus cedex (France) ou aux éditeurs/distributeurs Prosveta existant dans de nombreux pays.

Guérison par la pensée

Il est possible de guérir les maladies par la pensée. La pensée intense est en mesure de chasser la maladie de l’organisme humain.

À l’instar de la parole, la pensée est très puissante. Quand l’homme veut éprouver la force de sa pensée, il lui suffit de l’appliquer consciemment avec foi. Pour ceci la volonté est indispensable. Si l’homme arrive à croire en la puissance de la pensée, par elle il est en mesure d’accomplir des miracles, mais à condition d’avoir une volonté très puissante et déterminée. Les gens atteints de maladies terribles, incurables peuvent guérir par la pensée.

Si l’homme connaissait les lois qui dirigent la pensée, il aurait dominé toutes ses infirmités. Il n’existe pas de faiblesse que la pensée ne soit en mesure de corriger.

Ce ne sont pas seulement les êtres des autres planètes et civilisations qui exercent une influence sur la terre, mais aussi les trois milliards d’hommes**. **Ndt : Début du vingtième siècle. L’ensemble des cerveaux humains agit sur la terre entière. L’énergie qui émane des cerveaux humains peut dissoudre un rocher. Si les hommes concentraient leurs pensées sur un point défini, ils seraient en mesure de faire fondre ce qui s’y trouve. Ils pourraient faire fondre tous leurs malheurs et toutes leurs maladies s’ils savaient comment concentrer leur pensée.

En état de santé, l'organisme a sa vibration particulière. Chaque différente maladie possède la sienne mais elle affaiblit toujours celle de l'organisme. Dans ce cas la chaleur doit être augmentée. Des pensées spécifiques, la récitation de phrases et de formules sont en mesure de changer les vibrations de l'organisme. Ce but est accessible par la contemplation de belles images, de beaux paysages, du ciel étoilé qui sont de véritables remèdes. Que le découragé ou le malade observe les étoiles scintillant dans le ciel nocturne : grâce à leur lumière il prendra du courage et fera ses premiers pas vers la guérison.

Chaque parole recèle une certaine force. Si vous concentrez votre attention sur un mot, votre cerveau va se lier à sa vibration spécifique et vous allez vous sentir vivifié ou affaibli conformément à la nature de ce mot. Il existe des paroles d'une nature telle qu'une fois prononcées, elles ne sauraient être prononcées une deuxième fois. Pourquoi? Parce que ces paroles ont une influence nocive sur le cerveau. Par exemple si vous répétez plusieurs fois : «Je vais me rendre malade», vous subirez l'effet de ces mots et il ne se passera pas beaucoup de temps avant que l'organisme ne se rende malade. Au contraire si un tuberculeux, par exemple, répète avec conviction les mots : «Je guérirai», il guérira véritablement.

L'homme peut guérir par la pensée. Plus sa pensée est forte et concentrée, plus facilement il surmontera ses maladies. Pour cela, il lui suffit de prononcer un mot. Il existe des mots dont la vibration exerce une action magique sur l'homme, mais il faut connaître le moment exact pour les prononcer. Chaque chose doit s'accomplir à sa place et en son temps.

Les maladies sont dues à l'accumulation de substances étrangères mais par sa pensée et sa volonté, l'homme peut les rejeter en dehors de son corps et guérir. Plus la pensée est élevée, plus elle recèle de possibilités.

Dans la science initiatique, chaque mot a sa propre clé. S'il trouve la clé du mot «santé» et qu'il le prononce trois fois, le malade guérira absolument. Vous vérifierez la force contenue dans les paroles en les prononçant comme il faut.

La pensée puissante guérit toutes les maladies. D'après les cabalistes, la pensée est en mesure de modifier les vibrations du corps humain. Lorsque l'homme est malade ses vibrations atteignent une plus basse fréquence mais, au moyen de la pensée, il peut les intensifier et les augmenter. Le rhume, par exemple, est provoqué par certains virus qui ont élu domicile dans le nez. Si les vibrations du corps sont amoindries, ils trouvent des conditions pour leur prolifération. En se multipliant ils irritent la muqueuse du nez et, pour se libérer de cette irritation et la rejeter, les glandes nasales sécrètent beaucoup de mucosités. L'augmentation des vibrations de l'organisme facilite et accélère le rejet des substances étrangères. Par sa pensée, l'homme peut aussi accélérer le développement d'un rhume qui, arrivé à son mûrissement, commencera à diminuer et à disparaître. Un rhume ne devrait pas durer plus d'une semaine.

Sur la terre, la matière du monde physique est sous la domination de la volonté humaine, elle-même dirigée par certaines lois que vous devez connaître pour les appliquer dans la matière, car celle-ci obéit à la pensée et par conséquent à la force de votre volonté. Par la pensée et par les efforts de la volonté, vous pourrez rejeter tous les éléments étrangers de votre organisme. Aussi longtemps que ces substances demeurent en vous, vous serez mal disposé physiquement et psychiquement. Vous pouvez obliger tous les éléments étrangers à quitter votre corps sous la forme d'un furoncle, par exemple, qui en éclatant libèrera la matière impure.

En tant que disciples, vous devriez travailler par la pensée, faire des essais, des expériences pour entrer en contact avec les forces cachées de votre organisme et les utiliser comme des moyens de guérison. L'organisme humain possède des cellules curatives dont la

mission est de le guérir. Il suffit de diriger la pensée vers elles pour qu'elles entrent en action. De l'homme, il est exigé seulement une pensée positive et concentrée. Chaque pensée négative paralyse l'action de ces cellules. En résumé, l'homme qui veut guérir doit entretenir des pensées positives.

Ainsi, je vous dis que le disciple doit se concentrer, développer sa pensée mais pas à la manière des yogis. Les moyens et les méthodes utilisés par les yogis sont nombreux, mais si vous ne les comprenez pas, vous pouvez vous rendre complètement déséquilibré et rester en dehors des lois de la Nature. Les lois de la Nature vivante et intelligente sont implacables. Les méthodes que je vous donne comportent des risques moindres pour l'intellect humain, alors que celles des yogis en comportent de grands.

La concentration doit se faire les yeux ouverts. C'est avec les yeux ouverts que vous devriez vous soigner et guérir. Pensez à vos mains, vos pieds, vos jambes et par votre mental, songez à parcourir le système nerveux, l'estomac, les intestins, toutes les parties du corps, comme un maître qui évalue la situation dans sa propriété, qui vérifie dans quel état se trouve chacune de ses parties l'une après l'autre. C'est cela la concentration.

Quand les Hindous se concentrent ils ne pensent pas à leur femme, leurs enfants, leurs abeilles ou à des choses secondaires, mais ils pensent au prâna. Le Bulgare, lui**,** pense à ses veaux, à sa femme, à ses enfants et c'est pourquoi il n'a pas de bons résultats, il ne parvient pas à la concentration. Par la concentration de la pensée, vous pouvez guérir, éviter un accident soudain qui arrive sur vous comme une bombe, vous pouvez arrêter un fauve qui vous guette.

La pensée humaine est en rapport avec l'électricité naturelle de la vie. Les pensées positives attirent vers elles des forces vitales mais, quand les pensées sont négatives, ces forces vitales se dispersent, s'éloignent de l'homme et comme résultat la maladie survient. Par exemple, si la pensée de votre adversaire envers vous est très forte, elle pourrait vous rendre négatif et ainsi provoquer une maladie. La loi est la suivante : si vous tombez malade à cause de lui, cette maladie lui reviendra.

Vous pouvez envoyer vos pensées positives, vos sentiments chaleureux et vos souhaits vers un malade avec une foi absolue, sans aucune hésitation, sans le moindre doute sur sa guérison. Donc, pour guérir un homme, envoyez-lui un courant chargé de forces vitales. Quand il recevra votre pensée et votre souhait, il se sentira mieux. Dans ce genre de rapport, les bons amis représentent toujours une bonne protection pour la santé et les mauvais apportent toujours des maladies et des souffrances.

Quand la volonté intervient, vous êtes en mesure de vous guérir par vous-même. Quand la volonté participe, vous pouvez vous exposer de longues heures au froid dans des vêtements très légers sans vous rendre malade. Par la pensée l'homme peut créer autour de lui un habit chaud et magnétique dans lequel, même par le plus grand froid, il ne tremblera pas. Sans un tel habit magnétique et sans la participation de la volonté, aussi chaudement vêtu soit-il, il prendra froid.

Si quelqu'un souffre de rhumatisme, il doit le prendre bien en main, le secouer un peu et commencer à lui dire qu'il s'est trompé de chemin et qu'il doit quitter son corps. Par exemple, si le rhumatisme est dans son épaule, il faut le guider vers le coude, après vers la main et enfin le faire sortir par les doigts. Voilà comment on peut traiter les maladies sans médicaments. La pensée peut chasser chaque maladie, sa puissance d'action est forte.

Un malade qui, après sa guérison, pense consacrer sa vie à la réalisation d'une œuvre grandiose et bienfaisante guérira en peu de temps, car cette pensée travaillera sur lui.

Si une idée donne de bons résultats et apporte la guérison, cela montre aussi que cette idée a commencé à se réaliser. Chaque idée, chaque vertu qui se manifeste et se réalise, améliore d'abord la santé de l'homme.

Les Hindous, pour guérir les plaies, savent comment recueillir le prâna de la Nature et à l'aide de la pensée, ils le dirigent vers l'endroit malade qui guérit en 20 minutes au maximum.

Tant que vous vivez dans le monde de la contradiction, vous devez savoir que vous vous trouvez sous la loi de la suggestion. Personne, mortel ou immortel, n'est libre par rapport à cette loi. En sachant cela, entretenez dans votre intellect et votre cœur des pensées et des sentiments positifs pour vous libérer des multiples états maladifs qui ne sont pas les vôtres. Par exemple, si vous vous liez à quelqu'un qui souffre de son pied, vous ressentirez la même douleur que lui.

Ainsi si vous voulez avancer dans la vie, appliquez la loi de la suggestion. Quand il s'agit de vos proches, vous l'appliquez avec succès. Mais s'il s'agit de vous-même, vous ne savez pas en profiter. Par exemple, si un de vos amis se décourage et a peur d'échouer à son examen, vous commencez à l'encourager, à l'influencer et lui suggérer sa réussite, ainsi il se sent rassuré. Mais pour vous-même, dans la même situation, vous constatez que vous n'êtes pas aussi efficace. Néanmoins, apprenez à appliquer cette loi aussi bien pour vous que pour vos proches, mais toujours pour le bien. Cette loi travaille partout. Consciemment ou inconsciemment, les animaux et les hommes s'en servent. Comme des êtres intelligents, vous devez vous servir de la suggestion dans chaque instant de votre vie : pour la guérison, pour renforcer votre mémoire, pour prendre courage, pour supporter des malheurs et des souffrances, etc. La suggestion est l'arme au moyen de laquelle l'homme peut lutter contre le mal, contre les forces négatives dans le monde. Or les hommes contemporains vivent dans l'enfer.

En tant que disciple, appliquez les lois de la suggestion pour vous influencer de manière positive. Si votre mémoire est faible, travaillez avec la suggestion pour la renforcer. Si quelqu'un aime dormir beaucoup et n'arrive pas à se lever tôt, chaque soir, qu'il s'auto-suggestionne pour se lever par exemple à 5 h du matin. La loi de la suggestion prend tout son sens lorsqu'on l'applique pour acquérir quelque chose de créatif, de positif, comme par exemple une qualité ou une vertu. Consciemment ou non, tout le monde se sert de la suggestion comme méthode de travail, même les animaux.

Il y a des jours et des heures où la suggestion exerce une influence nocive sur l'homme. À ce moment-là, ni lui ni les autres ne devraient l'utiliser mais, au contraire, se fermer à elle. L'homme doit se protéger contre la suggestion comme les soldats se barricadent contre les ennemis.

Si une tumeur apparaît dans votre abdomen ou dans un autre endroit du corps, n'ayez pas peur. Cela montre qu'un surplus d'énergie s'est accumulé et il doit être évacué. Il faut stimuler les cellules saines qui entourent la tumeur par une pensée concentrée, forte, afin de les rendre capables de chasser cette énergie et de rétablir l'état normal. Quand il n'y a pas d'autre issue, on peut aussi procéder à une opération. Une pensée puissante et concentrée peut faire disparaître une tumeur, quelle qu'elle soit, même en 24 heures. En mettant le malade en sommeil magnétique, en trois jours vous pouvez faire sortir la tumeur. Par la pensée on peut donc liquider n'importe quelle tumeur, mais tout dépend de la qualité de la pensée.

Pendant la guérison d'une maladie, vous devez utiliser certaines formules magiques et plus exactement durant la lune décroissante. Par exemple en cas de rhumatisme articulaire, prendre un demi-kilo de sel en morceaux, sel de mer ou sel gemme. Chaque jour se lever tôt, avant le lever du soleil mettre un morceau de sel dans un récipient rempli d'eau de source et

prononcer : «Comme ce sel se dissout dans l'eau, ainsi se dissoudra et disparaîtra mon rhumatisme!» Si le résultat n'est pas immédiat, répéter cette expérience pendant deux semaines tant que la lune décroît. Cependant, si le rhumatisme résiste, faire la même expérience au coucher du soleil ou la nuit sous la lune. Les expériences de ce type doivent être tenues secrètes. N'en parler à personne, pas avant d'obtenir un résultat final. L'important est que l'homme soit persévérant et tenace jusqu'à la guérison.

Si vous avez un rhume, pensez à la santé en vous disant : «Je suis en bonne santé» et le rhume vous quittera bientôt. Quand l'homme en bonne santé pense à la maladie, il l'attire. Faites le contraire, pensez à la santé pour l'attirer et la renforcer. L'intelligence éveillée, la bonté, la grandeur, la noblesse sont en mesure de combattre les micro-organismes à l'origine des maladies. Prenez l'habitude de choisir et d'employer des paroles et des pensées bienfaisantes, positives. Utilisez-les comme des formules par lesquelles vous pouvez vous suggestionner et influencer les autres.

Pour savoir si votre volonté s'est développée et si vous êtes capable d'appliquer une formule initiatique, faites cette expérience : en cas de mal au ventre, de spasme, essayez de réagir par la volonté. Posez la main gauche derrière le dos et la main droite sur le ventre, concentrez votre intellect et prononcez la phrase : «Je prie que la maladie s'arrête» ou encore : «La maladie est maintenant terminée!»

Aujourd'hui comment soigne-t-on les tuberculeux? On les met au lit, on ne leur permet pas de bouger ni à gauche, ni à droite, on leur donne une nourriture spéciale et rien d'autre. Non, qu'on laisse le malade libre! S'il veut rester couché, qu'il reste couché! S'il veut se promener, qu'il se promène! Mais tout au cours de la journée, qu'il prononce les mots : «Je guérirai» en augmentant le nombre de fois jusqu'à 1000, 2000 fois par jour. Le premier jour, il peut commencer à dire cette phrase cent fois, le deuxième jour, cent vingt fois, le troisième, cent cinquante fois, jusqu'à mille ou deux mille fois. C'est ainsi que l'on peut guérir chaque maladie, chaque découragement. De cette manière, l'atmosphère lourde et sombre qui enveloppe les malades s'allégera, s'éclaircira, deviendra agréable et ils ressentiront de jour en jour une amélioration, un mieux-être. Alors les gens en bonne santé commenceront à les fréquenter.

Supposons que vous ayez une petite difficulté, vous avez mal au doigt et vous ne le supportez pas. Pour vous guérir, ou plus exactement pour arriver à supporter la douleur, imaginez que l'on vous plante un gros clou dans la main, une douleur encore plus grande remplace la douleur réelle plus petite. Si vous pouvez recréer mentalement ce coup dans votre main, une transformation de la douleur se produira dans votre esprit.

Si vous êtes malade, ne vous précipitez pas pour appeler le médecin. D'abord, mettez en application une, deux ou trois méthodes, concentrez votre pensée sur la douleur et répétez plusieurs fois : «Je vais guérir». Dans certains cas, prononcer ces mots une dizaine de fois seulement peut suffire pour vous guérir mais, dans d'autres cas, il est indispensable de les répéter plusieurs fois, même jusqu'à mille fois. Peu importe le nombre, ne vous découragez pas, continuez avec conviction et vous aurez de bons résultats. De cette manière vous pouvez vous guérir vous-même ainsi que vos proches.

Si vous savez comment prononcer des mots comme vie, bonté, amour, sagesse, vérité, source, Christ, esprit, vous créerez autour de vous une atmosphère extraordinaire.

Votre vue n'est pas très bonne. Alors chaque soir avant de vous endormir, dites-vous : «Demain, dès que j'ouvrirai les yeux, je verrai mieux!» Celui qui croit peut tout.

Supposons qu'une personne ait une verrue ou bien une rougeur. En Bulgarie existe un usage ancien qui vous conseille d'aller dans une épicerie et de dérober un morceau de sel. Ensuite, quand la lune devient décroissante, on fait un cercle autour de la verrue avec ce morceau de sel en disant : «De même que la lune décroît et que ce morceau de sel fond, de même ma verrue disparaîtra.» Puis on jette le sel et, quelque temps plus tard, la verrue aura disparu. Comment expliquer cela? On peut l'expliquer ainsi : le sel volé a servi de canal par lequel se sont échappés les courants qui nourrissaient la verrue.

Vous voulez tous être intelligents, sains, bons, purs. Vous pouvez obtenir ces qualités si vous savez comment prononcer le mot amour. Ce mot possède une force puissante même devant Dieu, les anges ou les hommes, à condition de savoir le prononcer. C'est le mot magique qui ressuscite les morts, il vaut des millions et des milliards. Tout s'incline devant sa puissance.

Il vous faut faire des expériences. Par exemple, si dix personnes se réunissent et concentrent leur esprit sur un malade, elles peuvent le guérir par la force de leurs pensées et par leurs prières.

Pour pouvoir maîtriser les courants d'énergie qui vous traversent, vous devriez étudier les règles de la concentration. Commencez par concentrer votre regard sur un objet sans cligner des yeux pendant une minute. Répétez cette expérience en augmentant progressivement le temps. Cela aide aussi à renforcer vos yeux. Pendant la durée de l'exercice, l'esprit sera calme, concentré, et vous ne permettrez aucune dispersion de la pensée ni de la conscience.

Essayez de vous guérir mentalement avec la participation de votre volonté. Appliquez mentalement un cataplasme d'oignons ou un autre remède sur un furoncle et observez le résultat. Si votre pensée est forte, le furoncle éclatera bientôt.

La médecine conventionnelle conseille des drogues à l'insomniaque mais celui-ci ne peut pas vraiment se reposer. S'il veut agir par les méthodes de la science initiatique, il va se dire : «Dès que je serai couché, je m'endormirai aussitôt et après six heures de bon sommeil profond et réparateur, je me réveillerai!» La médecine contemporaine recommande la quinine contre la fièvre mais la science initiatique recommande l'utilisation de la pensée. Ordonnez aux micro-organismes de la fièvre de partir : «Microbes, je ne vous donne pas plus de 25 minutes pour sortir de mon corps parce que je suis occupé, il faut que j'aille travailler!»

L'homme peut être son propre médecin et guérir sans l'aide du bistouri. Par la pensée, il peut se libérer de toutes les excroissances de son corps. Comment? En les déplaçant d'un endroit à l'autre et ensuite à l'extérieur. Une excroissance interne peut être canalisée quelque part à l'extérieur. Si elle est superficielle, c'est encore plus facile.

Si vous connaissez les propriétés respectives de l'eau chaude et de l'eau froide, vous pouvez alors vous soigner par des méthodes plus subtiles. Par exemple, même sans boire mais par l'imagination et par la concentration de la pensée, vous pouvez provoquer la dilatation de vos capillaires et l'amélioration de votre circulation sanguine, comme si vous buviez de l'eau chaude.

Voulez-vous renforcer vos cheveux? Dirigez souvent votre pensée vers leurs racines. Dans une année vous aurez gagné beaucoup, vos cheveux deviendront épais, ils repousseront et se fortifieront. À quoi est due la perte des cheveux? À une inquiétude intérieure et au manque d'humidité dans l'organisme. Pour rétablir leur couleur, il est indispensable d'apporter à votre intellect des pensées lumineuses, à votre cœur des sentiments nobles. En même temps, lavez vos cheveux pendant un ou deux ans avec une décoction de racines

d'orties pour les aider à rétablir leur couleur. Toutes les possibilités sont contenues dans la pensée. Elle régularise le fonctionnement des organes du corps. La pensée négative provoque de multiples états maladifs. La pensée harmonieuse est capable de transformer tous ces états.

Quelqu'un tombe malade et vous voulez l'aider à guérir. Chaque soir, pendant qu'il dort, envoyez en direction de son subconscient de bonnes pensées de guérison et vous verrez que son état va bientôt s'améliorer.

Si vous êtes malade, imaginez que la lumière du soleil tombe sur vous comme une douche lumineuse ou que vous baignez dans une mer de lumière, de santé, de force, de puissance, de bonté, comme si vous étiez immergé en Dieu Lui-même. Si la maladie est dans un endroit précis du corps, il faut lui donner l'ordre suivant : «Sors d'ici, j'ai du travail, je dois servir Dieu, va-t-en!» Si la maladie touche tout le corps, dites : «Va-t-en hors de moi!» Accompagnez ces mots par des passes de haut en bas avec la main droite, ensuite approchez votre main de la bouche et tout en expirant énergiquement trois fois, secouez-la vers le bas trois fois de suite.

Celui qui comprend la force cachée que contient le cercle, l'utilisera pour la guérison. Par exemple, en l'encerclant, il est possible de faire disparaître une verrue sur la main, en une demi-heure seulement. Vous avez un furoncle sur le cou? Dessinez un cercle autour et concentrez votre pensée sur lui. La force du cercle commencera à agir sur le furoncle et peu de temps après, il percera et disparaîtra. De cette manière vous pouvez tester la force de votre pensée et la force de votre foi. Si vous dites que vous avez la foi et vous n'êtes pas capable de guérir la moindre des maladies, cela prouve que votre foi est encore à l'état embryonnaire.

Je vous donnerai une méthode pour agir en cas de dérangement de votre foie. Mettez votre main droite sur le ventre, paume tournée à l'intérieur, et la main gauche sur la taille, paume tournée vers le corps, et dirigez mentalement les énergies du soleil vers le centre de la terre. Dix, quinze minutes plus tard votre état s'est amélioré, vous allez mieux, vous êtes plus joyeux.

Il est toujours possible de sauver un malade même si son pouls diminue jusqu'au nombre d'un battement par minute. Avec ce pouls, il peut vivre encore jusqu'à trois jours. Si ses proches prient pour lui et entretiennent continuellement des pensées positives, son pouls s'accélérera petit à petit et le malade sera hors de danger.

En cas de fièvre, les médecins prescrivent habituellement 30 centigrammes de quinine par jour. Supposons que le malade soit pauvre et qu'il ne possède pas assez d'argent pour le médicament. Qu'est-ce qu'il doit faire alors? Pour guérir, qu'il applique la loi de la suggestion. Mentalement qu'il aille dans une pharmacie pour acheter 30 centigrammes de quinine, qu'il s'imagine avoir pris cette quantité et puis qu'il attende les résultats. De cette manière il va guérir deux fois plus vite que par l'absorption réelle de quinine. Mais cette expérience de suggestion exige une pensée intense. Si la pensée manque d'intensité, qu'il aille même dix fois par son imagination à la pharmacie, il n'aura pas de résultat.

Si j'étais un médecin qui veuille vraiment guérir ses patients, voilà ce que je ferais. Je prescrirais au malade différents liquides et poudres qui, entrant en interaction entre eux commenceraient à agir dans le corps comme des éléments vivants, mais seulement à la condition qu'après chaque prise du médicament, le malade répète : «Je vais guérir, je guérirai!» Par ailleurs j'engagerais une centaine de personnes pauvres, en leur donnant à chacune cinq levas* *Ndt : Lév, leva : monnaie bulgare. pour aller visiter le malade, le convaincre de sa bonne mine et de sa proche guérison. Certes, le malade à donné 100 levas pour les médicaments que j'ai prescrits en qualité de médecin, mais pour lui faire entendre des

paroles d'encouragement, j'ai donné en plus 500 lévas**. **Ndt : En prenant cela au sens figuré, pour guérir ses malades le médecin doit être prêt à dépenser plus qu'il reçoit et à travailler avec ses énergies et sa pensée.

Guérison par le mouvement

Chacune de nos manifestations extérieures est l'expression de ce qui se produit dans notre for intérieur au niveau subtil.

Chaque mouvement dysharmonieux dans le monde physique se reflète et produit un désaccord dans le monde astral. De même, chaque dysharmonie dans le monde astral se reflète dans le monde mental. Dès que le monde intérieur s'équilibre, l'harmonie des mouvements, c'est-à-dire le plan physique, se rétablit. Ainsi la pensée se reflète sur les mouvements et les mouvements se reflètent sur l'esprit.

Chaque mouvement crée des clichés dans le monde invisible. Et chaque cliché est une empreinte dont les conséquences s'expriment dans le monde humain soit comme joies, soit comme tristesses.

L'homme régularise les énergies de son organisme par ses mouvements physiques qui, en déplaçant l'air autour de son corps, créent des ondes vibratoires. Celles-ci sont retransmises à nouveau au corps physique par le double éthérique. Le double éthérique est une antenne par laquelle l'organisme humain reçoit des impressions du monde extérieur. C'est pour cette raison qu'il enveloppe le corps physique afin de le protéger des influences néfastes. Plus le corps éthérique est sain et équilibré, mieux sont perçues les impressions du monde extérieur. Si vous savez ceci, réglez souvent votre antenne éthérique.

Les mouvements inspirés par des pensées lumineuses et des sentiments harmonieux sont toujours beaux. Plus l'équilibre s'installe dans son esprit et la paix dans son âme, plus les gestes et les mouvements de l'homme deviennent beaux.

Les gestes des mains exercent une influence sur le cerveau et le système nerveux. Les mouvements réguliers, liés à l'écriture des lettres, se reflètent de manière bénéfique sur la mémoire et sur le développement de l'intellect. Ils développent la douceur et la stabilité du caractère. En général, tous les gestes définissent l'état et le caractère de l'homme.

Les mouvements justes sont ceux où tout le corps participe. Pendant la marche, les jambes et la tête participent simultanément et tout le corps se meut dans un mouvement ondulatoire. En marchant ainsi à la montagne vous ne ressentirez jamais la fatigue.

Les mouvements conscients aident l'homme à éviter de multiples états maladifs. Ils régularisent le système nerveux, porteur de l'énergie vitale qu'il reçoit de la Nature. Lorsque le système nerveux est en bon état, toutes les fonctions de l'organisme humain accomplissent bien leurs tâches. Aucun médecin n'est en mesure de secourir l'homme dont le système nerveux est défectueux.

Si vous ne savez pas comment marcher, comment mettre vos pieds sur le sol, comment bouger, vous perdrez toutes les conditions que vous avez acquises par la respiration, par l'air et la nourriture. À sa démarche, on voit déjà si quelqu'un est condamné. Observez comment se meuvent les animaux, les oiseaux. Vos mouvements doivent être beaux, réguliers, naturels, esthétiques.

Le matin en sortant du lit, le pied que vous posez par terre en premier est important. De même quand vous allez au travail, avec quel pied partir, quelle démarche adopter, lente ou rapide, comment déplacer vos bras, vos jambes, comment regarder. Parce que vous ne faites pas attention à tout cela, beaucoup de malheurs vous arrivent. Vous êtes capable de guérir par

les mouvements de vos mains, par le toucher, mais si vous êtes ignorant, vous pouvez aussi vous créer des handicaps.

Sachez comment étendre vos bras, comment déplier vos jambes. Vous pouvez saisir certains courants de la terre par l'extension de vos jambes et ainsi transformer votre état. Par exemple vous êtes triste et désespéré, étendez votre bras gauche et votre jambe gauche, la terre absorbera toute votre pesanteur et vous vous sentirez soulagé. Ensuite, étendez votre bras droit et votre jambe droite.

Quand ils marchent, tous les contemporains posent d'abord le talon et ensuite la pointe du pied. Cette démarche produit une secousse qui ébranle la colonne vertébrale et la partie arrière du cerveau, se répercutant de façon néfaste sur les nerfs. C'est pourquoi aujourd'hui tout le monde est nerveux. Il faut marcher en présentant en premier la pointe des pieds et en maintenant la régularité de son pas. La démarche aérienne, légère dépend de la pensée. Si la pensée est matérielle, la démarche fera trembler la terre et montrera que cet homme est plus lié au centre de la terre qu'au centre du soleil.

Les pointes de pieds représentent le domaine de l'action angélique, la partie médiane de la plante représente le domaine humain et le talon le domaine animal. Celui qui tape fort sur ses talons veut s'imposer par la force. Dans le monde humain, les droits reviennent à l'intelligence; dans le monde angélique, ils reviennent à l'amour. Le monde divin englobe les droits de toute la création.

Dans l'avenir les scientifiques inventeront des talons à ressorts, ainsi la démarche sera amortie par l'élasticité des ressorts, ce qui facilitera les mouvements de tension-détente des jambes et des pieds. Aujourd'hui les talons de chaussures rendent la démarche lourde. À la longue, les secousses répétées sur la colonne vertébrale ébranlent le cerveau et tout le système nerveux.

Tous les mouvements sont soumis à certaines règles et lois, y compris la démarche. Par exemple pour se rendre quelque part, il faut démarrer par le pied droit et ensuite adopter une démarche légère (pointes puis talons). Il vaut mieux commencer à marcher lentement, calmement, puis accélérer progressivement son rythme. En vous conformant à ces règles, vous finirez par avoir une démarche rapide, légère comme si vous voliez.

Aspirez à de beaux mouvements dont les lignes esthétiques se reflètent de manière bénéfique sur le corps humain et lui apportent la santé. En les étudiant vous vous liez au monde spirituel, aux pensées et aux sentiments des êtres lumineux.

Aspirez consciemment à l'harmonie et à l'esthétisme des mouvements afin de vous accorder aux flux et reflux des énergies cosmiques, car l'état de votre santé ainsi que l'état de vos pensées et sentiments en dépendent.

Une personne communique avec vous au niveau des sentiments si elle vous touche avec sa main gauche, tandis qu'en vous touchant avec sa main droite la communication se fait au niveau de la pensée. Avec les deux mains, la transmission se réalise simultanément par la pensée et par le sentiment. Cela veut dire que dans la Nature chaque mouvement, chaque transformation a son sens profond.

Si quelqu'un parmi vous est malade, qu'il concentre sa pensée sur la maladie et qu'il la conduise à l'extérieur de son corps. S'il ne peut pas se libérer de cette manière, il ne doit pas se soumettre à la maladie en restant au lit. Au contraire il doit se promener, faire des mouvements quel que soit le temps, qu'il neige ou qu'il pleuve, sans avoir peur car c'est chez les peureux que la maladie trouve une base favorable à son développement.

La Paneurythmie* renouvelle et rajeunit l'homme. Elle ne guérit pas seulement les maladies mais toute indisposition corporelle et psychique. En la pratiquant tout l'organisme humain vibre musicalement, et dans le monde musical il n'y a ni maladie ni trouble. C'est pourquoi, par ces exercices, on peut sortir du monde des troubles, des déceptions, des mécontentements, des inquiétudes et des angoisses pour entrer dans un monde d'harmonie. Celui qui pratique avec conviction les exercices de la Paneurythmie durant un an améliorera sa santé, se libérera de toutes ses maladies et les surmontera grâce à l'augmentation de sa vitalité. *Ndt : La Paneurythmie est une danse composée de mouvements rythmés, harmonieux, simples, exécutés par un groupe de personnes qui se déplacent en couples, formant un cercle, sur une musique du Maître Peter Deunov. Pratiquée de bon matin, elle permet de se mettre en résonance avec les forces bienfaisantes de la Nature vivante et de s'éveiller au divin de la vie. Le lecteur intéressé par la Paneurythmie peut s'adresser aux Éditions Prosveta, Boîte postale 12, 83601 Fréjus cedex (France) ou autres éditeurs/distributeurs Prosveta existant dans de nombreux pays francophones.

.

Guérison par les exercices de gymnastique

Dans la moitié de votre corps s'accumule davantage une énergie négative, et dans l'autre moitié une énergie positive que vous arrivez à maintenir en équilibre par les exercices de gymnastique du matin. Chez l'homme en bonne santé qui pense et ressent correctement, les énergies du corps s'équilibrent d'elles-mêmes. Mais chez le malade, c'est la Nature qui réalise le rééquilibrage énergétique en provoquant certaines maladies qui engendrent différents mouvements dans l'organisme. Quand l'homme est malade, ses mouvements deviennent désordonnés, il s'agite sans cesse, se lève, se couche et ainsi les énergies se régularisent peu à peu. Si la circulation énergétique se rétablit l'homme guérit mais si son organisme n'arrive pas à l'équilibre énergétique, il meurt.

Pour établir des contacts avec le monde invisible, lorsque vous faites des exercices de gymnastique, il faut bien étirer vos muscles. Si votre corps, vos bras et vos jambes sont relâchés, mous, vous ne recevez rien.

Sachez que par chaque mouvement, vous vous liez avec des courants de la Nature. Par le simple fait d'étendre votre bras et de maintenir votre mental concentré, vous êtes déjà relié avec ces courants. L'extension des membres du corps permet d'établir un circuit soit avec le magnétisme terrestre, soit avec le magnétisme solaire. Donc à chaque instant vous pouvez vous relier avec l'énergie de la terre ou avec l'énergie du soleil. Le magnétisme en général est lié avec le prâna, c'est-à-dire avec l'énergie vitale contenue dans la Nature. Ainsi, par l'extension des bras et des jambes et par la concentration de son mental, l'homme utilise cette énergie vitale et devient sain et fort. Avec une position molle des bras, on ne peut pas profiter des forces de la Nature. Les mouvements conscients régularisent le système nerveux porteur de l'énergie vitale. Toutes les fonctions de l'organisme s'accomplissent correctement quand le système nerveux est en bon état car c'est lui qui reçoit les forces de la Nature.

Dans tous les exercices physiques, pour attirer les énergies qui vous sont indispensables, faites participer votre intellect et votre volonté. Bouger vos mains mécaniquement ne vous apportera rien mais si, par exemple, vous faites passer votre pensée par votre index, vous pouvez acquérir plus de noblesse, plus de bienveillance, de dignité et de miséricorde. Vous voulez augmenter vos possibilités de discernement et de justice, alors exercez-vous avec le majeur. Pour la beauté, le sens artistique, la musicalité, faites passer la pensée par l'annulaire. Si vous voulez bien régler vos affaires, avoir de bons rapports et des communications aisées

avec vos interlocuteurs, exercez-vous avec l'auriculaire. Et pour acquérir quelque chose de divin, exercez-vous avec votre pouce. Quelle grande richesse que la main!

Il est bon aussi d'accompagner les mouvements de régularisation d'énergies en chantant les voyelles a et o, qui sont des sons puissants.

Écarter ses bras est un mouvement calmant. Le mouvement contraire, c'est-à-dire ramener les mains l'une contre l'autre, provoque l'effet inverse. Pour équilibrer les effets des deux mouvements, il faut ensuite amener les bras vers le haut.

Quelques exercices à titre d'exemple

Premier exercice : Soulevez vos bras de chaque côté du corps jusqu'à la hauteur de vos épaules, paumes des mains tournées vers le bas. Ensuite portez lentement votre bras droit en haut jusqu'à 45° par rapport aux épaules en abaissant simultanément le bras gauche à 45°. Dans cette position, concentrez votre pensée et dirigez-la vers la partie frontale du cerveau et exécutez lentement six accroupissements.

Cet exercice aide à la régulation de la circulation d'énergie dans la partie frontale du cerveau.

Deuxième exercice : Exécutez-le comme le premier exercice mais cette fois le bras gauche est soulevé à 45° et le bras droit abaissé à 45° par rapport aux épaules. Pendant les six accroupissements, dirigez votre pensée vers le cœur.

L'exercice sert à harmoniser les sentiments.

Troisième exercice : Portez vos deux bras en arrière, les paumes de main face à face et en vous penchant en avant amenez vos bras le plus en avant possible. Dans cette position faites six accroupissements en dirigeant votre attention sur la colonne vertébrale.

Cet exercice sert à la régularisation des courants dans la colonne vertébrale.

Quatrième exercice : Dirigez votre bras gauche vers l'est et en avant; simultanément abaissez votre bras droit en bas et en arrière. En partant de cette position, effectuez une rotation des bras comme dans le mouvement de natation du «crawl». La rotation des bras entraîne la rotation du corps au niveau de la taille. Effectuez ainsi six mouvements en concentrant votre pensée sur l'estomac.

L'exercice régularise le fonctionnement de l'estomac.

Cinquième exercice : Stabilisez votre corps sur la jambe gauche, mains sur les hanches. Portez la jambe droite à l'extérieur et faites lentement un demi-cercle de droite à gauche devant le pied gauche. Répétez le mouvement six fois.

Ensuite stabilisez votre corps sur la jambe droite et exécutez les six demi-cercles avec la jambe gauche devant le pied droit.

Pendant l'exercice, concentrez votre pensée sur le système nerveux car elle régularise son fonctionnement.

Sixième exercice : Portez les bras latéralement à la hauteur des épaules, ensuite faites-les monter lentement au-dessus de la tête jusqu'à ce que les doigts se touchent. Mettez-vous sur la pointe des pieds et dans cette position accroupissez-vous toujours lentement, en faisant descendre vos bras de part et d'autre du corps jusqu'en bas. Répétez l'exercice six fois. Il s'appelle «l'habillage» et le «déshabillage» magnétique et représente la synthèse des cinq premiers exercices. Vers le haut vous vous habillez, vers le bas vous vous déshabillez.

Remarque : Exécutez ces exercices une fois par jour. Le matin c'est excellent, à midi c'est très bien et le soir c'est bien aussi. Si vous voulez avoir de bons résultats, pratiquez tous les exercices très lentement, exactement tels que décrits, jambes et bras bien tendus mais sans contraction des muscles. Le mouvement des bras et des mains développe le cœur et la région pectorale. La concentration de la pensée renforce l'intellect. L'exécution régulière des exercices renforce la volonté.

Ces exercices sont parmi les meilleurs exercices initiatiques. Imprégnez-vous de leur utilité profonde, mais faites attention à ce que leur répétition ne les transforme pas en piège d'exécution machinale. Considérez qu'ils sont une connaissance du passé et qu'aujourd'hui ils vous reviennent en mémoire.

Exercices d'harmonisation des pensées, des sentiments et des actions

1. Maintenant je vais vous donner un exercice qui s'accompagne par la prononciation sonore des voyelles a et o. Les deux bras sont à l'horizontale et en avant, la main gauche saisit la main droite par dessous. À partir de cette position amenez le deux mains jusqu'à l'épaule gauche en chantant le son «a». Ensuite, avec la main droite on prend la main gauche par dessous et on amène les deux mains jusqu'à l'épaule droite en chantant le son «o». Faites cet exercice chaque soir avant de vous coucher pendant dix jours de suite, six fois pour chaque main, soit en tout 12 mouvements. Commencez toujours par la main gauche en alternance avec la main droite.

Les mouvements des bras et des mains exercent une certaine influence sur tous vos organes et sur votre volonté. Supposons que vous soyez très troublé, faites alors l'exercice suivant : mettez vos mains devant la poitrine et dépliez vos bras lentement sur les côtés dans un mouvement ondulatoire et léger en tournant les mains autour des poignets. Ensuite, ramenez vos mains devant la bouche. Répétez l'exercice trois ou quatre fois en méditant sur les mots : amour, joie, gaieté, ainsi votre indisposition passera. Cet exercice est une aération, un traitement psychologique et avec la prononciation des trois mots, il devient comme une clé.

2. Si des confusions perturbent vos pensées et vos sentiments, faites l'exercice suivant : assis, la colonne vertébrale droite, posez votre main gauche librement sur le genou, amenez le bras droit à l'horizontale sur le côté, ensuite vers le haut, faites-le descendre en avant jusqu'en bas, puis passez-le vers l'arrière en le ramenant de nouveau à l'horizontale. Répétez cette rotation du bras plusieurs fois. Faites le mouvement de la même manière avec le bras gauche, ensuite avec les deux bras ensemble. Si vous éprouvez une confusion dans les pensées, exécutez l'exercice avec le bras droit; si ce sont les sentiments qui sont perturbés, faites-le avec le bras gauche. Finissez toujours par les deux bras.

3. L'exercice suivant consiste à lever les deux bras bien tendus jusqu'en haut, les extrémités des doigts se touchent. Concentrez votre pensée et dirigez mentalement les énergies solaires à travers les doigts, les mains, les bras et faites-les s'écouler dans votre corps. Dans cette position prononcez la formule : «Je suis en harmonie avec la Nature vivante. Que l'Amour divin circule en moi!» Puis abaissez les bras.

4. Le bras gauche tendu vers le haut, le bras droit tendu vers le bas, essayez mentalement de percevoir les deux courants, celui du soleil et celui de la terre. Par le bras droit, vous recevez le courant terrestre et par le bras gauche, le courant solaire. Restez dans cette position trois minutes et essayez de ressentir l'effet des courants à travers vos bras.

5. Levez votre bras droit en haut, le gauche est en bas, accroupissez-vous lentement jusqu'à toucher la terre avec l'extrémité des doigts de la main gauche en prononçant la phrase : «Par le lien que je contracte avec le centre de la terre, le mal s'écoule de mon bras

gauche!» En vous relevant, préservez la position des bras et dites : «Je me lie à toutes les forces intelligentes, à tous les Êtres lumineux, à toutes les Entités divines et à Dieu Lui-même! Que l'énergie divine traverse tout mon corps!» Cet exercice se répète trois fois en prononçant mentalement les formules dans son for intérieur, avec un respect sacré.

6. L'état négatif grave, l'esprit troublé, les émotions agressives se régularisent au moyen de l'exercice suivant :

a) les paumes des mains sont l'une contre l'autre, les extrémités des doigts se touchent,

b) glissez les doigts de la main gauche sur la paume de la main droite jusqu'au poignet et ensuite positionnez la main gauche à 90° par rapport à la main droite sans interrompre le mouvement,

c) posez la main droite sur la main gauche en amenant les deux bras devant la poitrine en position horizontale,

d) glissez la paume de la main droite sur la main gauche jusqu'à l'extrémité du majeur,

e) à la fin repliez les deux mains dans la position initiale, paume contre paume. Répétez plusieurs fois ces mouvements et tous les états négatifs disparaîtront.

J'attire votre attention sur le fait d'exercer le glissement et la position angulaire des mains sans marquer d'interruption dans les mouvements. La Nature n'aime pas les interruptions. Répétez successivement avec la main droite, puis avec la main gauche. Par cet exercice vous pouvez vous polariser.

7. Le bras gauche est en avant du corps, un peu incliné, la paume en bas,

a) glissez votre main droite sur le bras gauche à partir de l'épaule en chantant le son «ou»,

b) arrivé au niveau du poignet, chantez la voyelle «a» en allant jusqu'au bout des doigts,

c) enfin remontez de nouveau votre main droite jusqu'au coude en chantant «i».

La partie entre l'épaule et le coude représente le monde matériel, physique, l'estomac. La partie entre le coude et le poignet représente le monde spirituel, le cœur. Et la main à partir du poignet représente le monde mental, l'intellect.

Exécutez l'exercice de la même manière mais en inversant les bras : le bras droit incliné en avant et le bras gauche au-dessus.

En pratiquant cet exercice le matin et le soir, jusqu'à dix fois par jour durant une semaine, vous pouvez améliorer le fonctionnement de l'estomac, des poumons, du cerveau et les guérir.

Si vous voulez être en bonne santé, chantez! Chantez aussi quand vous êtes triste ou mal disposé! Chantez et glorifiez le Seigneur dans votre âme.

8. Jambe droite en avant, inclinez doucement votre corps en avant vers la terre, ensuite commencez à vous relever en imaginant que vous soulevez un poids de 1 kg. Chaque fois augmentez le poids de 1 kg jusqu'à 50 kg. Si vous vous exercez régulièrement vous remarquerez que la force de vos muscles augmente. Et si vous pouvez mentalement soulever un poids de 50 kg, vous serez en mesure de le faire réellement. Quand vous êtes affaibli ou mal disposé, faites cet exercice et vous découvrirez quelles forces sont cachées en vous.

Il faut exercer vos yeux pour ne pas permettre leur affaiblissement. Il existe des exercices qui font bouger le muscle oculaire. Quand vous faites des excursions par exemple, vous êtes pressés d'arriver au but, au sommet de la montagne. Ne vous hâtez pas, marchez d'un pas régulier, plutôt lentement et regardez autour de vous : en bas, en haut, à gauche, à droite. Quand le soleil se lève, arrêtez-vous un peu, regardez son déplacement et continuez votre route. Si vous vous pressez de trop, vous vieillirez rapidement.

Une des causes de l'affaiblissement des yeux vient du fait que vous ne les exercez pas à bouger. Quand vous voulez voir quelque chose, vous tournez votre cou. Je vous recommande un exercice à faire le matin et quelquefois dans la journée si vous y pensez. Fermez vos yeux et commencez à les bouger en regardant intérieurement le plus haut possible, puis le plus bas, le plus à gauche et le plus à droite possible. Répétez ceci très lentement plusieurs fois.

Pendant la journée, quand vous voulez regarder quelque chose, ne tournez pas votre cou, maintenez-le immobile mais tournez vos yeux, cela deviendra un moyen d'observation naturel.

Ceci concerne le côté physique, le processus intérieur, lui, est le suivant : vous commettez une faute et ne la corrigez pas, vous en faites une seconde et ne la corrigez pas non plus, puis une troisième, une quatrième. Ainsi vous prenez l'habitude de ne pas corriger vos erreurs, et vos yeux commencent à s'affaiblir. Voilà une autre cause : vous aimez quelqu'un, vous lui pardonnez ses fautes ou les minimisez, c'est-à-dire vous ne voulez pas «voir» très loin et la myopie commence à se manifester. Ou bien vous ne l'aimez pas, vous ne lui pardonnez pas ses fautes et même vous les grossissez, vous provoquez ainsi la presbytie. Les troubles, les inquiétudes, les états intérieurs dysharmonieux affaiblissent aussi les yeux.

Par les exercices que vous faites le matin, vous recevez de l'énergie solaire en levant vos mains vers le haut et les énergies terrestres par les pieds. Par exemple un premier symptôme de la neurasthénie, ce sont les pieds froids. Il est recommandé aux neurasthéniques de marcher pieds nus sur le sable fin ou dans la rosée des herbes douces. Ainsi ils peuvent se tonifier et guérir par le contact direct des pieds avec les forces vitales de la terre.

Faites des exercices de gymnastique le matin et captez les énergies solaires. Le soir, faites des exercices de purification pour vous libérer des énergies accumulées au cours de la journée. Le matin, liez-vous aux forces du soleil et le soir envoyez le surplus vers la terre.

Guérison spirituelle

Il existe deux méthodes de guérison, l'ancienne et la nouvelle. Les gens d'aujourd'hui se soignent généralement à l'aide de médicaments, de bains, et ainsi de suite. Ces méthodes de guérison sont lentes et donnent des résultats microscopiques. Moi aussi j'ai pratiqué et j'ai obtenu des guérisons par ces méthodes, je n'ai pas encore appliqué la nouvelle. Pourquoi? Parce que les hommes ne sont pas encore prêts. La nouvelle méthode sera la guérison spirituelle. Si aujourd'hui je guéris quelqu'un par des moyens spirituels mais qu'il n'est pas encore prêt à mener une vie pure et saine et qu'il transgresse les lois, à cause de son comportement il se créera des difficultés encore plus grandes. La guérison spirituelle donne des résultats immédiats pour celui qui est prêt.

Réussir une guérison spirituelle signifie pouvoir trouver d'abord les causes profondes de la maladie et les écarter à tout jamais de la personne concernée.

Se soigner et guérir par des méthodes divines exige d'abord de transformer complètement son mode de vie pour être en accord parfait avec les lois de la Nature.

Lorsque vous êtes malade, adressez-vous d'abord à Dieu, ensuite à votre âme et enfin au médecin. Mais vous procédez à l'inverse, c'est pourquoi vous ne réussissez pas à vous guérir par vous-même. Pour être en bonne santé et guérir vos maladies, dirigez votre cœur et votre pensée vers Dieu, vers le soleil, vers toute la création. De là vous viendra le secours. Les cataplasmes d'argile, les compresses au lait, à la pâte au levain, à l'oignon, tout cela sont de bonnes méthodes mais temporaires.

L'amour est la force cosmique répartie dans tout l'univers qui peut vivifier et rehausser les vibrations de l'organisme humain, il est le remède contre toutes les maladies. Même dans sa manifestation inférieure, l'amour est cette force qui harmonise le fonctionnement des organes et donne une impulsion de vie. L'amour est la cause, la source de la lumière, de la chaleur, de la science, des connaissances, des bons rapports créatifs entre les hommes. Il est le déclencheur des impulsions de la Nature entière et pour toute l'humanité. Seule l'impulsion d'amour améliorera le monde. Il n'existe pas une maladie qui ne puisse se guérir par lui, mais il faut y croire. Si vous n'y croyez pas c'est le médecin qui viendra vous soigner. Il vous aidera temporairement et probablement, trois ou cinq mois plus tard, vous aurez à nouveau besoin de lui.

Si Dieu vous aime et que vous L'aimez, vous guérirez immédiatement.

L'Amour divin se manifeste par l'air, l'eau, la lumière, les plantes, les animaux mais aussi par les humains, les Anges, les Archanges, les Principautés, les Vertus, les Puissances, les Dominations, les Trônes, les Chérubins et les Séraphins.

L'amour guérit toutes les maladies car il augmente les vibrations de l'organisme, ce qui le rend capable de résister aux influences extérieures, aux entités néfastes, aux attaques des micro-organismes. Les maladies sont des entités vivantes qui vous aident à comprendre vos défauts, vos torts, vos insuffisances, mais simultanément elles diminuent l'intensité vibratoire de vos organes. Alors, il faut savoir comment dialoguer avec eux.

Quand l'homme se démagnétise, il perd son énergie vitale et se rend facilement malade. Chaque démagnétisation provoque des déchirures dans certaines parties du corps éthérique d'où s'échappe une partie de l'énergie vitale. Si l'on arrive à refermer rapidement ces déchirures, l'homme guérit. Chaque parole qui provient de l'amour agit comme un enduit qui referme la moindre fêlure du système nerveux.

Il est dit dans les Écritures que le faible de foi doit manger du chou et moi je vous dis que le faible de santé doit aimer! La loi est la suivante : l'amour fait disparaître toutes les faiblesses, toutes les insuffisances, toutes les maladies, il est un courant cosmique qui passe et circule à travers tous les êtres vivants. Mieux cette énergie est reçue et redonnée, plus l'homme est en bonne santé. Si vous souffrez de rhumatisme, de fièvre ou d'autres maladies, commencez à aimer quelqu'un. Mieux vous avez manifesté votre amour, plus vite vous guérissez.

Si vous avez mal à l'estomac ou au ventre, aimez les humains et vous guérirez. Si vous avez des maux de tête, aimez Dieu. Chaque maladie provient de la transgression des lois des mondes physique, spirituel et divin. Les humains sont conducteurs des énergies de la Nature qui régularisent l'estomac et tout le système digestif. Les anges sont des conducteurs des énergies de la Nature qui régularisent le système respiratoire. Par le monde divin arrivent des énergies qui régularisent tout le système nerveux. Aimez donc les hommes, les anges et Dieu pour que vos systèmes digestif, respiratoire et nerveux soient en parfait état.

Si vous voulez rétablir votre santé, méditez sur l'amour des minéraux, des plantes, sur l'amour des étoiles et des systèmes planétaires. Méditez sur l'amour des esprits lumineux et

enfin sur l'amour des humains. Méditez au sujet de votre amour et au résultat qu'il peut produire sur les plantes, les animaux et les hommes.

Vous avez mal au pied gauche et plus exactement à l'orteil. Commencez à penser à lui comme à un être individuel, à l'aimer et la douleur s'arrêtera. Les parties du corps que vous n'aimez pas souffrent. Commencez à les aimer! Les douleurs dans les organes montrent un manque d'amour. Aimez votre corps et toutes ses parties pour les préserver des maladies.

Le premier travail d'une personne malade est de s'adresser à Dieu et de Le prier de lui indiquer une bonne méthode de guérison, que Dieu lui envoie celui qui peut l'aider à guérir.

Si nous travaillons pour Lui, le Seigneur nous donne tout ce que nous souhaitons, même avant de le Lui demander.

Les méthodes de guérison spirituelle donnent des résultats mais ceux qui font appel à elles passent d'abord par plusieurs crises successives.

Alors, si vous vous trouvez devant une maladie ou une souffrance, ne vous précipitez pas pour appeler le médecin, ne philosophez pas trop, mais dirigez votre pensée vers Dieu, vers votre intuition et de là vous recevrez des conseils sur quoi faire, comment procéder. N'ayez pas peur des maladies, elles sont souvent des privilèges qui vous font grandir.

Un malade qui refuse la visite du médecin, de sa mère et de ses proches mais qui, dans sa solitude, s'adresse au Seigneur et Lui promet d'accomplir Sa Volonté divine, s'il est prêt à tout sacrifier pour Dieu, il se transformera intérieurement. Sa santé commencera à se rétablir. S'il est prêt à accomplir la Volonté divine sans hésitation, il guérira. S'il doute et recule devant ses promesses, il partira dans l'autre monde.

Pour guérir, priez sincèrement! Une prière puissante dirigée vers Dieu est en mesure d'éliminer chaque maladie.

Les disciples ordinaires, pour se soigner, peuvent choisir les méthodes qu'ils veulent mais les disciples avancés doivent être capables de guérir par la force de la prière et de la pensée.

Adressez-vous au Seigneur par la prière une, deux, trois, quatre fois et Il vous enverra ce dont vous avez besoin. Il dira au soleil de satisfaire vos besoins. Si vous êtes malade vous guérirez.

En cas de maladie grave, adressez-vous à Dieu par une prière sincère, ardente et dites : «Seigneur, dans cette heure difficile, aide-moi à me libérer du mal, afin que je puisse Te servir dans la joie. Je veux consacrer ma vie au service de l'Amour et à l'accomplissement de Ta Volonté!» Chaque réponse à votre prière montre que vous êtes relié à Dieu. La prière aide seulement si vous travaillez dans les champs du Seigneur et alors Dieu travaillera pour vous aussi.

Si votre cœur est pur, si vos paroles sont imprégnées des plus hautes vibrations, vos prières s'élèveront hors de l'atmosphère terrestre et parviendront à leur destination, c'est-à-dire «auprès de Dieu».

Prières

Quand vous priez, faites venir dans votre mental l'image de Dieu.

Prières pour la guérison du prochain

Première prière

«Au Nom de Toi, Seigneur, Dieu omniprésent et infiniment bon, qui parlas à Ton serviteur, guéris-le à travers nous, Tes serviteurs, pour la Gloire de Ton Nom.

Nous Te remercions de nous avoir entendu. Toi seul es Notre Seigneur, en dehors de Toi nous n'en avons pas d'autre.

Toi Seigneur, Tu es celui qui toujours guérit et Ta guérison apporte la santé à l'âme et au corps. Rétablis l'action simultanée de l'intellect et de l'âme, de l'âme et du corps. Dirige les élans de son cœur vers le bien et les forces de son corps pour un travail bénéfique. Que notre frère (ou notre sœur) souffrant(e) reçoive Ta miséricorde pour que nous puissions tous ensemble nous réjouir par la présence de Ta force. Amen!»

Cette prière est à adresser chaque mercredi, samedi et dimanche à 7 et 9 h du matin.

<u>Deuxième prière</u>

«Seigneur des Puissances, Toi qui es notre refuge de génération en génération, nous glorifions Ta clémence de siècle en siècle. Tu as légué pouvoir à Tes Élus car Ta main est forte et puissante pour accorder le pardon à ceux qui Te connaissent par Ton Nom.

Seigneur, tourne Ton regard vers le frère (ou la sœur) souffrant, et accorde-lui Ton attention pour soulager ses souffrances. Nous croyons à Tes paroles quand Tu as dit : «Invoque-moi et Je te répondrai, car Je suis Ton Seigneur qui soutient ta droite et Je te le dis : ne crains rien, Je t'aiderai. Ne crains rien parce que Je t'ai choisi, Je t'ai appelé par ton nom. Tu n'es pas seul, quand tu passeras par l'eau, Je serai avec toi, quand tu traverseras le feu, tu ne brûleras point et sa flamme ne t'atteindra pas; dans ton impuissance, n'aie pas peur car Je suis avec toi!»

Et maintenant, écoute notre prière, Seigneur, déverse sur lui (sur elle) Ta grâce illimitée! Amen!»

<u>Prière pour sa propre guérison</u>

«Seigneur, Toi qui es la source de la Vie, envoie-moi Ta force vivante, Ton Esprit, pour qu'ils guérissent mon esprit, mon âme, mon intellect, mon cœur, ma volonté et mon corps. Que je sois guéri de toute maladie psychique ou physique, de toute souffrance. Fais-moi don de la santé, de la force et de la vie et accorde-moi des vertus et des qualités afin que je puisse vivre, apprendre et Te servir. Amen!»

Hormis les prières données, chacun peut s'adresser et prier le Seigneur avec ses propres mots.

Le plus grand médecin est en vous. Quand une maladie vous arrive, dites : «Je veux vivre, j'ai beaucoup de travail à accomplir. Je n'ai pas fait grand-chose jusqu'à présent, il faut que je vive pour finir mon travail et je partirai après!» C'est comme cela qu'il faut parler aux êtres supérieurs et ils vous aideront, ils ne vous licencieront pas. Le psalmiste dit aussi : «Seigneur, ne m'abandonne pas au milieu de mon existence! Accorde-moi du temps pour comprendre Ta loi et mériter Ta bénédiction, pour réparer mes désarrois et mes débauches et vivre autant qu'il le faut pour Ta gloire!»

Si vous êtes triste, malade ou perturbé, prononcez souvent le mot Aoum, même si vous n'en comprenez pas le sens. Aoum est une parole qui appartient au monde de l'esprit, votre esprit le comprendra et cela suffit. Dans un moment d'épreuve, de difficulté, de souffrance, répétez : «Fir, Fur, Fen, Tao Bi Aoumen», ou encore : «Sans peur et sans ténèbres, avec vie et lumière, en avant dans l'Amour infini.»

L'amour guérit les maladies les plus incurables. Si vous souffrez de rhumatisme, chauffez de l'eau, lavez-vous les pieds, les jambes, l'aine et dites : «Au nom de l'Amour divin, que le rhumatisme me quitte à jamais!» En faisant appel à l'amour, chaque maladie, chaque difficulté disparaît. Elles vous sont données comme des conditions pour développer votre concentration et pour établir des liens entre l'âme humaine et Dieu.

N'ayez jamais peur si une maladie vous arrive! Posez vos mains sur la partie malade et dites : «C'est la Vie éternelle de Te connaître, Toi, l'Unique, le véritable Dieu et le Christ que Tu nous envoyas.»

Si vous prononcez comme il faut le mot Lubov (amour en bulgare), vous pouvez vous guérir. Par exemple, vous souffrez de rhumatisme aux jambes. Avec grande foi et espérance, adressez-vous au Tout-Puissant dans votre for intérieur et dites : «Dieu est Amour et dans l'Amour les maladies n'existent pas.» Après avoir répété deux ou trois fois cette formule, vos douleurs disparaîtront et vous retrouverez votre bien-être comme jamais auparavant. N'attendez pas une aide de l'extérieur car elle ne ferait que résoudre vos problèmes d'une manière mécanique et temporaire.

Formules pour la guérison

À titre d'exemple, voici quelques formules que vous pouvez utiliser en cas de maladies ou de problèmes.

1. «Seigneur, j'espère en Toi, aide-moi, viens à mon secours. Je promets de Te servir, de Te consacrer ma vie pour toujours!»

2. «Seigneur, désormais je Te consacre toute ma vie, je travaillerai pour Toi. Laisse-moi sur la terre pour Te servir.»

3. «Moi qui sers le Seigneur, je veux que mon corps soit sain parce qu'il appartient au Seigneur. Il doit être pur et sain car il est une cellule du Grand Univers.»

4. «Je crois en Dieu hors de moi et je crois en Dieu en moi. Moi et mon Père nous sommes Un.»

5. «Dieu est Amour, Dieu est Lumière, Dieu est Vie. Que Son Nom soit béni aujourd'hui et à jamais, aux siècles des siècles.»

6. «Dieu est Amour, Dieu est Vie, Amour Saint, Amour Très Saint.»

7. «Posez votre main gauche sur la partie gauche de votre tête et dites avec foi : «Seigneur, pour Ta gloire, déverse l'huile de Sainteté et de Vie dans mes cellules pour que je puisse Te servir avec joie et allégresse.»

8. «Seigneur, imprègne de pureté mon corps, mon âme et mon esprit.»

Si une grande contrariété vous irrite, prenez l'index de votre main gauche avec les trois premiers doigts de la main droite. Le majeur et le pouce de la main gauche se rejoignent. En même temps prononcez les formules : «Par l'Amour de Dieu tout est possible!» (trois fois), «Par l'Amour divin qui se manifeste dans le cœur humain, tout est possible!» (trois fois).

Pour pratiquer la guérison spirituelle et la guérison mystique, d'abord pardonnez à tout le monde, voyez des bonnes qualités en chaque personne, aimez les humains et envoyez-leur votre amour, priez Dieu de leur envoyer Sa bénédiction. Ainsi vous connaîtrez l'Amour de Dieu envers vous, vous ressentirez la paix et la joie dans sa plénitude.

Recommandations pour la pratique de la guérison mystique et de la guérison psychique

1. D'abord, imaginez le soleil, la lumière. Imaginez que les rayons solaires se déversent sur vous comme une douche et que vous êtes immergé dans un océan de lumière, de santé, de force, de puissance, de bénédiction. Méditez sur la lumière, sur les rayons lumineux de l'arc-en-ciel.

2. Méditez sur le comment et le pourquoi de cette maladie, élevez votre pensée vers Dieu et priez-Le de vous montrer les causes et les lois qui ont été transgressées.

3. Récitez «La Bonne Prière» (annexe 2).

4. La formule sacrée du disciple : «Seigneur Miséricordieux et Saint, de toute Bonté, manifeste-Toi dans la lumière de Ta Face, pour que j'accomplisse Ta Volonté!»

Les formules se prononcent intérieurement, l'âme remplie de vénération. Cette guérison est possible seulement à celui qui est arrivé à une grande pureté et sainteté d'esprit.

«Au nom de mon Maître qui me montre le chemin vers Dieu, par son Nom sacré, vous devez sortir de (tel ou tel organe malade), je dois servir Dieu, partez!» Précisez l'endroit douloureux ou l'organe malade. Si la maladie est généralisée dans tout le corps dites : «Quittez mon corps!» En prononçant ces paroles, faites trois fois de suite avec votre main droite des passes sur la partie malade de haut en bas, puis approchez la main vers la bouche, secouez-la en avant et expirez simultanément. Répétez la formule avec les passes trois fois.

Celui qui croit aura une bonne santé. La foi est le lien entre Dieu et l'âme humaine.

La ferveur de la foi est une force croissante continue qui, en grandissant, se transforme en connaissance. Par la foi, l'homme se guérit de toutes les maladies.

Pour nettoyer tous les résidus de votre organisme et vous libérer de l'acidité qui vous ronge, concentrez votre pensée sur Dieu.

Pour être guéri par Dieu, mettez votre pleine confiance et votre foi absolue en Lui. En vous adressant à Dieu, ne laissez aucune place aux doutes, car aux moindres hésitations ils peuvent empêcher votre guérison. Déposez votre amour et votre foi en la Cause première qui est à l'origine de tout et ne pensez à rien d'autre. Après avoir prié Dieu, dites : «Lève-toi et marche!» La foi guérit!

Vous avez par exemple mal aux jambes. Parlez à votre rhumatisme : «Je te donne sept jours pour quitter mes jambes» et rien d'autre. Dites ceci et oubliez le rhumatisme. S'il disparaît vous avez la force de la foi, sinon votre foi est faible. Le Christ dit : «Tout ce que vous demandez en Mon Nom vous sera accordé.» Je crois dans la puissance de la foi qui guérit toutes les maladies. Pendant cette expérience, ne prenez aucun médicament ou remède extérieur. Faites confiance seulement à votre foi, qu'elle soit votre point d'appui. D'elle dépend votre santé, mais aussi le développement de votre intellect, l'état de votre cœur. De votre foi dépend même votre position dans la société et même votre avenir.

C'est la Nature qui guérit, pas les hommes. Il n'est pas tout à fait juste de dire que la guérison arrive par la prière; quand il prie l'homme est seulement un assistant. Le Christ qui connaissait la loi a dit : «Qu'il te soit donné d'après ta foi!» Le facteur principal est donc la force de la foi, il n'existe pas de maladie que la foi ne puisse vaincre.

Après avoir retrouvé votre santé, ne soyez pas trop pressé de raconter à tout le monde comment vous avez guéri; respectez un certain temps de silence. Appliquez cette règle pour d'autres personnes que vous avez réussi à guérir, sinon il est possible que la maladie revienne.

Tous les aveugles ne peuvent pas retrouver la vue, ni tous les handicapés leurs mouvements. Seuls ceux qui sont purs dans leurs pensées et leurs désirs, qui sont libérés des liens du passé retrouveront leur vue ou marcheront à nouveau.

Si la personne que vous désirez soigner par un moyen spirituel n'est pas liée au monde causal, vous ne pouvez pas la guérir. Pour obtenir des résultats, c'est la foi qui compte. Les enfants qui n'ont pas encore développé leur foi guérissent par le magnétisme de leurs parents : la mère peut guérir sa fille, le père son fils.

Tant que le malade doute, il met des barrières sur le chemin de sa guérison. S'il s'arrête de douter, la maladie partira. La loi est la suivante : l'homme est soutenu par l'objet de sa pensée. S'il ne la poursuit pas constamment elle perd de sa force. Ce en quoi l'homme croit exerce une force sur lui.

Supposons qu'un rhumatisme apparaisse dans votre épaule ou dans vos jambes, qu'allez-vous faire? Si vous avez compris les nouvelles méthodes, vous allez vous tourner vers Dieu avec gratitude. Ce rhumatisme vous est envoyé pour vous instruire de quelque chose. Alors bénissez Dieu, les saints, les anges, les hommes de bonne volonté et en vous liant à eux, vous ne vous apercevrez même pas comment le rhumatisme disparaît.

Chacun doit aspirer à l'unité de son esprit avec l'Intelligence cosmique comme méthode de travail sur soi, mais aussi comme méthode de guérison. Quelle que soit votre maladie, il suffit de rétablir cette unité pour vous lever du lit en bonne santé et bien disposé. Les forces supérieures de l'esprit se dirigent alors vers vous et commencent à agir sur votre organisme jusqu'à provoquer une transformation grâce à laquelle toutes les énergies convergent dans une même direction, vers le haut. À ce moment-là, les éléments étrangers à l'origine de cette maladie disparaissent immédiatement comme disparaît la poussière sur la surface du tambour au premier battement.

Pour un homme relié à l'Esprit divin, il lui suffit de poser sa main sur la tête d'un malade pour le guérir et le faire se lever du lit.

Bien que les paroles des Saintes Écritures ne soient pas vivantes, leur contenu éveille dans le corps humain des énergies vivifiantes. Transformez ces énergies en vie et le malade guérira. En bonne disposition d'esprit et avec amour, posez votre main sur la tête du malade et observez comment cet acte se reflète sur son état.

Celui qui tombe malade mais accomplit la Volonté divine n'a pas besoin des médecins. S'il est à l'unisson avec les lois divines, il dirigera sa pensée vers tous les hommes bons et généreux à la surface de la terre, vers les esprits lumineux au ciel qui recevront sa pensée et accourront à son secours.

Le corps humain souffrant peut être guéri par la vérité. Tant que l'on n'aime pas la vérité, le corps physique ne peut pas être en bonne santé. Lorsque l'homme commence à aimer la vérité, il rétablit la santé de son corps qui acquiert alors un parfum spécifique. Au plus profond de son âme, s'il se décide à aimer la vérité et s'il exclut absolument le mensonge de lui, quelle que soit sa maladie, il guérira.

Vous avez des douleurs, par exemple au ventre. À votre place, voilà ce que je ferais : je préparerais un bon plat, j'inviterais un pauvre et je le nourrirais bien. Pendant ce temps, je ne mangerais pas mais je l'observerais et prierais intérieurement. On peut aussi faire appel à un petit enfant ou à quelques bons mangeurs; ce qui compte, c'est de bien nourrir quelqu'un. À ce jour, je ne connais personne qui ait nourri les autres pour soigner son mal de ventre. Le jour où vous avez un rhume, faites un bien minime à un homme malheureux que vous rencontrez

et observez l’évolution de votre rhume. Agissez de même pour le mal de tête, le mal d’estomac.

Les pensées lumineuses, les sentiments élevés régularisent les systèmes nerveux, sanguin, respiratoire et digestif.

Guérison par les plantes*

*Ndt : Les noms latins des plantes et arbres médicinaux indiqués par un astérisque figurent à l’annexe 4.

Il existe des plantes capables de guérir même les maladies incurables les plus dangereuses. Celui qui ne connaît pas ces plantes souffrira. C’est pourquoi on dit que l’ignorance est cause de souffrances. Étudiez les plantes et leurs propriétés thérapeutiques! Certaines peuvent remplacer même de très grands chirurgiens, il suffit de les connaître et de savoir comment les utiliser. Étudiez leur force magique!

Les plantes cachent une force gigantesque dans leurs feuilles, leurs racines et leurs fleurs. Vous pouvez vous en servir pour guérir mais, si vous ne les connaissez pas, elles peuvent involontairement vous causer des malheurs. Ainsi si vous transpirez et que vous vous allongez près des racines d'une plante ou d'un arbre, par exemple un noyer, comme il aime l'eau, il absorbera l'humidité mais en même temps les sucs de la vie. C'est pourquoi ne vous endormez jamais à l'ombre épaisse des arbres. Préférez l'ombre légère entrecoupée de lumière.

Récoltez les plantes médicinales tôt le matin pendant les mois de mai et juin, par des jours ensoleillés. Ensuite faites-les sécher, puis placez-les dans des bocaux en verre fermés. Exposez-les encore quelque temps au soleil. Parfois une toute petite plante ou une petite fleur peut remplacer les plus grands médecins.

En cas de toux, prendre de l'achillée*, préparer une décoction et la boire. En été, tout le monde devrait récolter l'achillée blanche et jaune pour l'avoir à sa disposition. Si vous ne réussissez pas à guérir par la volonté, buvez cette tisane. Récoltez également la gentiane bleue*. Ces plantes sont magnétiques et apportent beaucoup de bienfaits. Récoltez aussi du thym* et du serpolet*, les feuilles vertes des fraises des bois* ainsi que la petite camomille*. Ce sont des plantes bénéfiques. Ainsi vous pouvez vous créer toute une pharmacie de flacons bien fermés. Ne les gardez pas dans un endroit humide.

Pour rajeunir, il suffit de boire des infusions de tussilage*, en sachant quel jour de l'année les cueillir. Est-ce au moment de la floraison ou non? D'après moi, le moment est bien choisi quand les plantes sont au maximum de leurs forces, quand le tussilage est heureux et content de donner. Celui qui récolte des plantes les cueillera très tôt le matin, au lever du soleil, par un ciel sans aucun nuage. Au moindre nuage, le remède se gâte. Si toutes les conditions sont réunies pour la cueillette, les plus grandes propriétés curatives seront rassemblées dans les plantes.

Si vous connaissez l'art de la cueillette, en vous approchant des plantes, vous éprouverez de la joie et serez dans un état vibratoire harmonieux. Je suis d'accord qu'il est difficile de trouver un jour idéal où toutes les conditions sont réunies pour une bonne cueillette, mais ne cueillez en aucun cas les plantes par journée sombre ou brumeuse. Il viendra un jour où cette connaissance sera à votre portée. Vous l’acquerrez seulement par la voie de l'amour, l’amour qui pénètre tout l'être humain et l'habite, c'est-à-dire l'Amour divin. Cette qualité d'amour peut renouveler l'humanité.

Si vous avez mal à l'estomac, buvez des infusions d'achillée. Contre la toux, faites des tisanes de gentiane bleue.

Si un de mes amis passe par des moments difficiles et qu'il souffre, je lui recommande de prendre une pincée de fleurs d'absinthe*, de les porter à ébullition cinq minutes dans l'eau et de boire la tisane obtenue sans sucre, dix jours de suite, à raison d'une tasse à café par jour. Son état s'améliorera à 75 %.

Contre les inflammations de la bouche, préparez une décoction de feuilles de noyer* et avant de l'avaler, faites-la circuler un moment autour des gencives.

Remarquez que toutes les fleurs à cinq pétales ont des propriétés laxatives. Le nombre cinq indique certaines propriétés.

Vos cheveux retrouveront leur couleur si une année durant vous mangez des orties*.

Si vous êtes mal disposé, prenez sur la pointe d'un couteau des cendres de bois d'érable*. Mettez-les dans un verre d'eau, attendez que la cendre se dépose et buvez l'eau. L'homme peut guérir en se liant aux forces magiques des fleurs, des plantes, des fruits, des arbres et de leurs racines.

Dans chaque jardin, je recommande de planter une rangée d'ail, une d'oignon et une de persil. Ce sont des plantes très bénéfiques.

Les fleurs possèdent une grande force thérapeutique. Il est recommandé à l'anémié de cultiver des fleurs rouges. Leur force tonifie le système nerveux. L'œillet guérit aussi les maladies nerveuses. Si quelqu'un doute, il doit cultiver des fleurs bleues. Grâce à leurs qualités et vertus, la rose, le crocus, la perce-neige, le dahlia et les autres fleurs guérissent différentes sortes de maladies et, par voie de conséquence, favorisent le développement des qualités et des vertus correspondantes.

Pour être en bonne santé, cultivez des fleurs soit en pot, soit en pleine terre et occupez-vous d'elles. Il est recommandé aussi de cultiver des arbres fruitiers et des légumes et de les étudier pour profiter de leurs forces cachées. Si vous avez un jardin à disposition, vous pouvez vous débarrasser de vos états négatifs en cultivant des fleurs variées ainsi que des arbres fruitiers et des légumes.

Contre l'anémie il est recommandé de cultiver des cerisiers et, pour renforcer la foi, d'avoir du chou dans son potager. Ce sont des moyens extérieurs pour le renforcement des énergies et leur harmonisation.

Les parfums et les substances aromatiques des fleurs, notamment de l'œillet, peuvent être utilisés comme remèdes mais dans des quantités précises. Le parfum des roses et des œillets doit être respiré de loin. Si vos yeux sont affaiblis par des inquiétudes et des soucis, regardez des fleurs jaunes.

En été, marchez pieds nus sur l'herbe et sur les pierres.

Guérison par le magnétisme

Il existe une école de magnétisme qui apprend à guérir par l'imposition des mains. Au début ce traitement provoque des crises pouvant s'aggraver mais, au bout d'un certain temps, il se produit une amélioration suivie à nouveau par une crise plus faible. Ensuite une plus grande amélioration survient, puis une crise finale avant la guérison complète de la maladie qui rebrousse chemin.

Quand le médecin soigne un malade par le magnétisme, il doit d'abord être lui-même fort, bien disposé, ne pas permettre à l'état du patient de l'influencer, ni à la maladie de l'approcher afin de ne pas se rendre lui-même malade car, pendant le traitement, le malade lui prend une partie de son énergie. Ensuite des crises, des combats apparaissent dans l'organisme malade pour aboutir finalement à l'éveil de la vie consciente des cellules. Après la réception et l'intégration de matériaux constructifs, les cellules régénérées commencent à souder entre elles les parties malades du corps.

Certains médecins pratiquent l'imposition des mains comme une méthode de régularisation des énergies. Pour être utilisée efficacement, cette méthode exige une pureté totale. Les pensées et les sentiments purs sont d'excellents conducteurs des forces vivantes de la Nature.

D'habitude, les hypnotiseurs de la loge noire font des passes de haut en bas. Contrairement à cette pratique, le disciple, lui, doit exercer des passes bilatérales, c'est-à-dire à partir du centre vers l'extérieur. Chaque geste a son sens profond et provoque une réaction sur vous et sur les autres.

Certains pratiquent la guérison par le magnétisme mais il faut savoir que ce traitement comporte des dangers. En apportant la guérison au malade, le magnétiseur peut aussi communiquer autre chose de lui-même qui n'est pas forcément indispensable et positif pour son patient. Par exemple, grâce au traitement par le magnétisme, une personne souffrant d'un problème physique a éliminé sa maladie mais, en même temps, elle s'est chargée d'un défaut qu'elle n'avait pas auparavant : elle a perdu sa foi, elle est devenue incrédule, soupçonneuse.

Quand vous posez vos mains sur la tête d'une personne, vous devez être conscient si vous lui prenez ou lui donnez quelque chose. Dans le premier cas, vous devez savoir si ce que vous recevez est profitable ou non. Et si vous donnez, est-ce que l'autre a besoin de ce que vous lui apportez?

Pour utiliser au mieux le processus de donner et recevoir et lui attribuer un sens, pensez d'abord à remercier. L'énergie de celui qui donne et de celui qui prend est une énergie divine. Il faut l'apprécier comme telle et ne pas la dépenser en vain. La Nature est une grandiose centrale d'énergies, elle tient une comptabilité exacte de façon à surveiller les résultats de leur utilisation.

Une personne perd connaissance quand son double éthérique a quitté son corps physique. Pour faire revenir le double éthérique, exercez quelques passes sur sa colonne vertébrale.

Si vous vous engagez à traiter quelqu'un, soyez continuellement en prières, relié aux esprits lumineux et à Dieu! À cette condition seulement, la guérison peut s'accomplir.

Chacun peut transformer une mauvaise disposition en une bonne en cinq minutes. Il suffit qu'un bon magnétiseur passe sa main sur la partie gauche du corps d'un personne pour améliorer son état. Si, par contre, le magnétiseur passe sa main sur la partie droite du corps, il est possible qu'une bonne disposition se change en mauvaise. Pour pouvoir suggérer une idée à quelqu'un, vos paroles doivent contenir de la force. Seul l'homme avisé peut se servir de la suggestion et de l'hypnotisme car il connaît la force des mots et des gestes, ainsi que le moment où il peut s'en servir, mais aussi la responsabilité qu'il endosse.

Si la partie droite d'une personne est chargée d'électricité positive, elle doit aller auprès d'un ami dont la partie gauche est chargée d'électricité négative afin que les deux sortes d'énergie se neutralisent. L'un pose sa main gauche sur le côté droit de l'autre qui pose sa

main droite sur la partie gauche de la tête de son ami. Sans qu'ils s'en rendent compte, leur état s'améliore. Cette transformation est aussi possible par le seul contact des mains.

En cas de forte excitation et de dérèglement au niveau du plexus solaire, le mouvement le plus naturel est de poser la paume de la main droite sur son plexus et la main gauche à la taille, paume à l'extérieur. Dans cette position des mains, le système nerveux se calme. En mettant la main sur le plexus solaire, on fait passer l'excès d'énergie cérébrale. La paume de la main droite est conductrice d'énergie négative, c'est-à-dire d'une énergie apaisante et le dos de la main est conducteur d'énergie positive, c'est-à-dire d'énergie stimulante. Ces deux courants électriques convergent au même endroit et calment l'homme.

Avec toute votre bonne disposition, tout votre amour, posez votre main sur la tête d'un malade et observez les effets sur son état. Votre amour et votre bienveillance deviennent ainsi une force puissante et vivifiante.

Je voudrais que votre volonté soit telle qu'en mettant votre main sur une plaie, vous arriviez à la guérir en 20 minutes. Un homme doté d'une forte volonté est capable d'accomplir cela. Pourquoi? Parce qu'il sait concentrer le prâna de l'air et le diriger vers la plaie.

Si un homme gros souffre de l'abdomen, il peut faire appel à un ami mince mais en bonne santé, et lui demander de poser sa main sur son plexus solaire entre cinq et dix minutes. Ainsi son mal disparaîtra. Par contre, si une personne maigre souffre de maux de tête, qu'elle aille trouver une personne grosse mais en bonne santé et qu'elle lui demande de placer ses mains sur ses tempes des deux côtés du front, ainsi ses maux de tête disparaîtront. C'est ainsi que les hommes peuvent s'entraider.

Si vous êtes en colère, le remède consiste à trouver un ami passif c'est-à-dire chargé d'une énergie contraire à la vôtre. Demandez-lui alors de poser sa main gauche sur la partie droite de votre tête, il constatera que peu de temps après, le surplus d'énergie est passé dans sa main et que votre tension est tombée.

Si on vous masse la colonne vertébrale tous les jours, quel que soit le mal que vous ayez, il disparaîtra. Cela montre que certains endroits de votre corps contiennent de l'énergie vitale cachée en mesure de guérir les parties malades. Il suffit de la stimuler pour qu'elle se manifeste immédiatement et exerce son action bienfaisante. Par exemple, si vous voulez calmer la douleur d'une personne qui s'est fait très mal en tombant, massez-lui la colonne vertébrale.

Si vous avez mal au ventre, recouvrez-le de vos mains pendant quatre à cinq minutes et ainsi le mal sera terrassé. Conformément à la loi, la main gauche conduit le courant cosmique de l'amour et la main droite le courant cosmique de la sagesse, de la connaissance. Ensemble, ils rétablissent l'harmonie.

Supposons que quelqu'un vous ait mis en colère, votre équilibre est rompu. Faites alors l'exercice suivant : élevez lentement vos bras en les passant devant le corps jusqu'au-dessus de la tête. Ensuite, commencez à les redescendre toujours très lentement autour de la tête puis par devant en effleurant légèrement le corps; en même temps imaginez une sorte de douche magnétique qui se déverse sur vous. Enfin, secouez les mains vers le bas. Répétez l'exercice au maximum trois fois.

En cas d'indisposition, placez la main gauche au-dessus des yeux de manière à toucher le nez. Ensuite, glissez-la lentement en passant au-dessus de la bouche vers le menton. Répétez ce mouvement trois fois de suite, puis passez l'index de la main droite sur le nez, trois fois également. Effectuez ces exercices avec concentration.

Voici un exercice contre le dérangement du foie : poser la main droite sur le ventre paume vers l'intérieur et la main gauche à la taille paume vers le corps. Faire passer mentalement les énergies solaires vers le centre de la terre et lancer un appel intérieur à Celui qui apporte l'harmonie en nous. Pour comprendre dans quel état se trouve le foie, observer la couleur du visage, la lumière des yeux, leur éclat et leur vivacité. Le regard ne doit pas être vague, mais posé, stable.

Quand vous êtes incommodé, avec votre main droite prenez les doigts de la main gauche l'un après l'autre : d'abord le pouce, puis l'index, le majeur, l'annulaire et l'auriculaire. Concentrez-vous et observez les changements qui se produisent en vous.

Vos doigts sont des antennes par lesquelles vous communiquez avec le monde spirituel. Le pouce représente le divin en l'homme. Il doit être mobile. En cas d'indisposition ou de maladie, bougez votre pouce. Pour se rendre compte de la force qui se cache en lui, faites l'exercice suivant : caressez légèrement la partie postérieure du pouce en commençant par la base de la troisième phalange, remontez puis redescendez en passant par l'intérieur vers le Mont de Vénus et observez si votre malaise disparaît. Répétez ce mouvement plusieurs fois.

Faites aussi l'exercice suivant : trempez votre majeur préalablement bien lavé dans de l'eau pure afin que celle-ci absorbe les énergies qu'il émet. Si vous buvez cette eau, votre état s'améliorera. Ce sont des remèdes singuliers déposés au fond de l'être humain.

Pour rétablir sa santé, l'homme doit tirer les doigts de ses mains plusieurs fois par jour en commençant par le pouce. Si la maladie est grave, il doit tirer tous les doigts de ses mains et de ses pieds. En procédant à cette manipulation plusieurs fois par jour avec concentration, il peut guérir complètement en dix jours. Tout au moins il améliorera son état.

Après une maladie l'énergie est amoindrie. Dans ce cas, faites de légers massages en tirant le lobe de l'oreille vers le bas et massez l'os situé derrière. Quand votre esprit est troublé, ce massage est toujours bénéfique.

En cas de neurasthénie ou de trouble de l'esprit, allez en promenade en forêt. Choisissez un grand arbre vigoureux, un chêne, un orme ou un pin sur lequel vous appuierez votre dos en vous tournant face à l'est, la tête légèrement inclinée contre l'arbre. Posez la paume de votre main droite sur la poitrine et la main gauche sur votre dos, paume contre l'arbre. Après une petite méditation, commencez à penser à l'influence que l'arbre exerce sur vous, et observez quel changement se produit en vous après cinq, dix, quinze minutes. Cet exercice durera une heure au maximum. En puisant certaines forces de l'arbre, votre état s'améliorera grâce à l'échange entre votre propre magnétisme et celui de l'arbre. On répétera cette expérience plusieurs fois. C'est une méthode naturelle qui se pratiquait dans les temps anciens.

Il est conseillé de s'asseoir sur de grandes pierres à l'heure de midi, quand elles sont gorgées de soleil. L'énergie solaire qu'elles ont accumulée est très bienfaisante. Restez allongé sur les pierres une à deux heures au maximum. Les lieux recouverts de grandes pierres aux formes arrondies sont très bénéfiques pour la santé car en même temps qu'il s'allonge sur les pierres, l'homme les magnétise. Il faut éviter les pierres aux formes angulaires car les forces magnétiques s'échappent par les angles. Les pierres sont particulièrement bénéfiques en septembre.

Guérison par les métaux nobles et par les pierres précieuses

Les pierres précieuses et les métaux nobles sont très bénéfiques pour le bien-être et la santé. L'influence la plus puissante est celle de l'or car celui-ci contient une force magnétique.

L'or est le symbole de l'esprit, de la lumière solaire condensée.

L'or possède une intelligence, pas l'or lui-même mais les «Maîtres de l'or». Si vous les aimez, leur cœur s'ouvre et ils vous donneront ce qu'ils possèdent. Il faut seulement les connaître!

L'or est l'énergie solaire cristallisée que les Hindous nomment prâna et de lui dépend la santé. Le prâna est contenu dans le soleil qui le répand en grande quantité dans la Nature, particulièrement le matin. C'est pourquoi il est recommandé de sortir très tôt au lever du soleil pour puiser un maximum de prâna.

L'or est le meilleur conducteur de la vie, du prâna, de l'énergie vitale. Celui qui possède beaucoup d'or dans son sang se réjouit de l'abondance de la vie. Si l'organisme humain manque d'or, l'homme est souvent malade. La science initiatique dispose de formules au moyen desquelles on peut attirer l'or.

En tant que conducteurs de la chaleur et de l'électricité, l'or et l'argent peuvent être utilisés comme des moyens thérapeutiques. Donnez un gramme d'or pur à un homme souffrant et vous verrez que son indisposition passera. Il en est de même avec l'argent, il purifie comme la lune. Par l'argent, on peut faire sortir toutes les impuretés tandis que l'or apporte la vie. L'or est l'emblème même de la vie.

Immergez un gramme d'or natif dans un flacon en verre contenant dix centilitres d'eau de source, fermez le flacon et exposez-le au soleil pendant quelques jours. Quand vous vous sentez mal, prenez dix gouttes de cette eau. Si vous êtes malade, buvez de cette eau. En général, quoi qu'il vous arrive, traitez vos problèmes avec cette eau.

En cas de maladie, prendre une monnaie en or, bien la laver et la déposer dans un verre d'eau. La laisser tremper un ou deux jours. En boire chaque jour une cuillerée à soupe.

Chaque homme possède en lui-même une certaine quantité d'or. Sa richesse extérieure peut devenir proportionnelle à la quantité d'or contenue dans son sang.

La neurasthénie peut être guérie par l'or. On laisse tremper une monnaie d'or dans l'eau pure pendant quelques heures, les particules microscopiques se déposant dans l'eau deviennent curatives et calment les nerfs. Porter des bijoux n'est pas dénué de sens. Je vous conseille de toujours porter sur vous une monnaie d'or.

L'argent guérit aussi. Si vous ressentez une douleur, prenez de l'argent pur. Laissez-le tremper pendant 24 heures et ensuite buvez cette eau.

En vous parlant des qualités de l'or, j'entends l'or primordial apparu avec le premier rayon de la Lumière divine qui est passé d'abord par le Soleil véritable, ensuite par le Soleil noir, puis par notre soleil d'où il est arrivé sur la terre. Cet or-là possède les quatre qualités précieuses des soleils par lesquels il est passé. Il est le porteur de la vie. Une personne qui entre en contact avec l'or passé par le Soleil noir est en état de tuer quelqu'un, tandis que celle qui mène une vie bonne et saine peut aspirer entrer en contact avec l'or ayant subi les quatre transformations. Cette personne-là connaît et comprend les qualités de l'or et les utilise pour ses créations et ses œuvres grandioses. L'homme qui acquiert un tel or en connaît tous les bienfaits et peut l'introduire dans son organisme.

Dans l'avenir, pour fabriquer ses alliances, l'homme sera capable d'extraire l'or de son sang. Réaliser pour sa bien-aimée une bague en or, extrait de son propre sang, est le mariage véritable, idéal!

Les pierres précieuses sont porteuses de vie. Si un malade porte un diamant, il guérira. Comme les pierres précieuses, les métaux nobles apportent la vie, c'est pourquoi je vous

recommande de les porter sur vous, au moins un anneau en or ou d'autres objets qui serviront de conducteur de vie. Les hommes riches aiment l'or mais ne savent pas l'utiliser comme il faut, ils le gardent enfermé dans leurs coffres et en deviennent esclave.

Les pierres précieuses décomposent la lumière d'une manière spécifique, capable de vous guérir. Mais il faut savoir qu'elles ne sont pas toutes bénéfiques. Elles n'exercent pas un effet thérapeutique sur tout le monde. Certaines pierres émettent des vibrations en désaccord avec celles d'une personne et peuvent même produire des états dysharmonieux. C'est pourquoi il est bien de porter des bagues en or serties de pierres précieuses mais il faut savoir lesquelles!

La pierre précieuse réfracte la lumière d'une manière spécifique très différente d'une pierre ordinaire, de la glace ou du verre. Par exemple, la lumière réfractée d'une pierre précieuse dirigée vers une plaie peut guérir celle-ci. Un homme savant doté d'une grande intelligence réfracte la lumière du soleil d'une manière particulière et peut guérir des malades par sa lumière. Un homme ordinaire réfracte la lumière faiblement, c'est pourquoi il ne peut ni s'aider lui-même ni aider ses proches.

La pierre précieuse est porteuse d'une forme de vie spécifique qui exerce une action curative. Il suffit de savoir comment se relier à ses énergies. Les pierres précieuses, tout comme les pierres ordinaires, peuvent tomber malades et perdre leurs propriétés et leur éclat. Elles guérissent quand elles sont portées par des personnes bonnes, saines et bien disposées.

Les pierres précieuses, les amulettes, les talismans protègent des mauvaises influences astrales.

Une puissance grandiose se cache dans les pierres précieuses. Il est recommandé à chacun de posséder une bague ornée d'une pierre précieuse, de la mettre successivement à chacun de ses doigts en prononçant chaque matin la formule : «Je veux donner libre voie au divin en moi, devenir noble, juste, vibrer musicalement, aspirer à la beauté et me comporter avec bienveillance envers les autres.»

Autres méthodes

En cas de rhume ou de toux, la respiration s'avère plus difficile à cause de la contraction des capillaires. Pour rétablir son bon fonctionnement, le malade doit se masser avec de l'huile d'olive ou du camphre.

Si vous avez pris froid, faites masser votre dos pour améliorer la circulation sanguine, dilater les capillaires et rétablir le bon état de l'organisme.

En cas de mauvaise disposition d'esprit, dessinez 100 lignes verticales parallèles et votre indisposition disparaîtra. On peut ainsi forger sa volonté. Les lignes parallèles sont un signe de raison. En préservant une égale distance entre elles, vous vous adaptez en même temps à la vie sensée conforme aux lois de la Nature intelligente.

Un violon qui est passé entre les mains d'un grand virtuose devient curatif. Il se distingue par ses vibrations supérieures, par ses sons harmonieux. Il suffit qu'un malade le touche pour être guéri immédiatement.

Les gens nerveux devraient faire davantage d'excursions en montagne car celle-ci agit comme un transformateur d'énergies et, de ce fait, ils peuvent remédier aux surcharges de leur système nerveux. Il est bien aussi de pratiquer des exercices de gymnastique, d'écouter ou de faire de la musique, de ne pas boire d'eau froide et de manger peu.

Être piqué par deux abeilles peut aider à soigner le rhumatisme mais une centaine de piqûres entraînent la mort!

Pour renforcer votre vision, sortez entre minuit et une heure du matin quand la nuit est étoilée et observez le ciel. Il est aussi recommandé de sortir par des nuits très sombres et orageuses et de rester ainsi en plein air une heure environ. De cette manière les yeux font un effort et le sang y afflue. Cette méthode est bonne aussi pour tempérer le système nerveux, à condition de ne pas avoir peur la nuit!

En cas d'énervement, respirez profondément et après l'expiration, comptez de 1 à 100. Si l'irritation persiste, reprenez l'exercice et comptez jusqu'à 200 et même jusqu'à 300. C'est une méthode pour la régularisation des énergies. Vous pouvez aussi boire un verre d'eau très chaude à petites gorgées. Comme la colère développe la chaleur, on peut la traiter par son semblable, la chaleur, par exemple en buvant de l'eau chaude.

Si vous êtes troublé, dépressif, posez votre main sur le front, concentrez-vous pendant dix minutes et votre état changera. Dans des moments pareils, écrivez des chiffres, tirez des lignes droites, dessinez. Tracez un triangle, colorez-le en rouge, un autre en bleu, d'autres en vert et vous verrez que votre état s'améliorera en quelques minutes. Vous êtes aigri par quelque chose, mécontent, irrité? Sortez dans la forêt et criez fort aux arbres, aux pierres! Peut-être après rirez-vous de votre comportement mais au moins vous serez oxygéné et ozonisé. Puisez l'énergie de la Nature!

Voulez-vous introduire davantage de douceur dans votre comportement? Un an durant, tous les jours, matin, midi et soir, caressez la paume de vos mains. Pour acquérir plus de fermeté, de courage, de hardiesse, de la même manière caressez le dos de la main.

Pour les enfants

De la matière pure ou impure dont dispose la mère, dépend l'enfant saint ou criminel qu'elle mettra au monde. Dans le processus de la conception d'un enfant, le divin n'assiste pas, il est encore un processus inférieur. Le divin intervient plus tard, après la naissance, quand l'enfant se différencie comme matière et comme esprit. Tant qu'il est seulement matière, il n'y a rien de supérieur.

Pourquoi l'homme meurt-il? Parce qu'il n'a pas été créé en accord avec les lois de la Nature. Quand une maison se détruit-elle? Quand elle n'a pas été construite conformément aux règles techniques de la construction. Ainsi, si l'enfant est conçu dans des conditions défavorables, il ne vivra pas longtemps. La toute première influence pour l'homme vient de sa mère et de son père. Depuis que l'enfant est dans son sein, la mère l'influence par ses pensées, ses sentiments et ses actes. L'enfant en devenir dépend surtout de la vie spirituelle de la mère. La nourriture utilisée par la femme enceinte n'est pas moins importante pour le développement de l'enfant que celle donnée après la naissance.

Une mère qui veut mettre au monde un enfant bon, intelligent et sain doit garder continuellement dans son esprit l'idée que tel elle le désire, tel il viendra au monde. De la mère dépend comment seront ses enfants. Toute femme qui veut devenir mère, avoir un enfant serviteur de Dieu, ne doit admettre aucun mauvais sentiment dans son cœur, aucune pensée négative dans son intellect, aucune tentation dans son âme, aucun acte destructeur.

Durant sa grossesse, la femme devient extrêmement impressionnable et, de ce fait, tout s'enregistre sur son enfant. Sachant cela, elle évitera de rencontrer des gens à problèmes, porteurs de défauts physiques ou psychiques.

L'homme et la femme qui vivent dans l'amour et la pureté mettent au monde des enfants sains, remplis d'énergie et d'amour.

Pendant sa grossesse, la femme entretiendra dans son esprit et dans son cœur des désirs et des pensées purs afin de ne pas polluer le sang de son enfant. Si elle lui transmet du sang impur, l'enfant en portera les conséquences sa vie durant. Et on se demandera pourquoi cet enfant est maladif et pâle! Les vices des parents se transmettent à l'enfant par le sang. Aussi longtemps que l'on vit dans ce monde, on ne peut pas échapper aux conditions propices à la transmission des défauts.

Pendant sa grossesse, la future mère doit très bien choisir sa nourriture et la manger dans une bonne disposition d'esprit. C'est elle qui apprendra à son enfant encore in utéro comment se nourrir dans l'avenir. La nourriture crée l'homme, elle peut le faire grandir mais aussi le dégrader. Par ailleurs, la femme enceinte ne doit pas accepter de manger dans de mauvaises conditions!

Il est très bénéfique qu'elle s'exerce à la respiration profonde, aux pensées et aux sentiments positifs. Comme la femme enceinte est très impressionnable, sensible et d'une grande imagination, il est nécessaire qu'elle-même ainsi que ses proches vivent en harmonie et dans les meilleures conditions afin que les images créées, les occupations et les émotions exprimées soient les meilleures possibles. Pour cela, la femme enceinte fera des promenades matinales, surtout au lever du soleil pour contempler les belles images de l'aube, ou dans les jardins fleuris et parfumés, dans les vergers et les champs. Tout lieu où la vie est très présente et en évolution lui apportera des bienfaits.

Pour la femme enceinte, la pureté aussi bien physique qu'intérieure est une condition essentielle. Où trouvera-t-elle la plus grande pureté? Dans la Nature, près des sources, des ruisseaux, des rivières, des lacs. Les eaux cristallines expriment la vie dans sa plus grande pureté. Les soirées étoilées, calmes, agréables sont aussi des images irremplaçables pour la future mère.

Le plus grand malheur pour les femmes contemporaines, c'est l'avortement. La statistique montre qu'en 1905, à New-York, il y avait 100 000 avortements. S'il veut être chrétien, il n'est pas permis à l'homme d'avorter des enfants qui viennent de son intellect, de ses entrailles et de son cœur. Il vous arrive une bonne pensée, une bonne intention et vous vous dites : «Je vais l'éliminer!», vous la rejetez mais après vous êtes malade! C'est plus grave d'avorter d'une bonne pensée que d'en avoir une négative.

Les mauvaises pensées qui vous tourmentent aujourd'hui sont les enfants, les pensées et les désirs avortés du passé. Maintenant, ils freinent vos initiatives et votre prospérité. C'est pourquoi, dans l'avenir, n'avortez pas et priez le Seigneur de vous pardonner pour le mauvais emploi de toutes vos bonnes pensées et désirs, pour la destruction de tous vos enfants.

Les femmes qui veulent se libérer de leur grossesse ignorent que la violence physique qu'elles s'infligent apporte aussi des conséquences sur le plan spirituel. L'avortement est dix fois plus dangereux que la mise au monde d'un enfant. La Nature est intelligente et récompense chaque femme. Chaque fois qu'elle met au monde un enfant, la femme se régénère, elle devient plus intelligente. Celle qui avorte perd des énergies du cœur et des forces physiques.

Après la naissance, le lien intérieur entre l'enfant et la mère continue, quoique d'une autre manière. Un enfant que sa mère n'a pas porté dans ses bras et n'a pas nourri au sein perd quelque chose d'essentiel et de précieux. Entre le double éthérique de la mère et celui de

l'enfant existe un lien très fort. C'est pourquoi jusqu'à l'âge de 14 ans la mère et l’enfant doivent vivre ensemble.

Le lait de la mère ainsi que la tétée sont d'une très grande importance pour l'enfant, pas seulement dans la qualité et la quantité du lait, mais dans la force magnétique qui se dégage du sein gauche et du sein droit de la mère au moment de l’allaitement. Le résultat n’est pas pareil si c’est une autre femme qui le nourrit. La mère qui donne le sein à son enfant doit être dans les meilleures dispositions et surtout pas en colère.

L'enfant qui n'est pas allaité par sa mère ne peut pas devenir un homme véritable, ni un génie, ni un saint. Quand la mère nourrit son enfant au sein, au moins un an, elle doit mener une vie pure sans se permettre aucune pensée négative. Rien ne doit interrompre sa paix intérieure et son calme, car en se mettant en colère plusieurs fois par jour elle peut empoisonner l’enfant par son lait en quelques heures. Le lait maternel contient des forces et des énergies intelligentes que l'on ne trouve dans aucune autre nourriture.

À condition que la mère soit en bonne santé, plus longtemps l'enfant restera au sein, mieux ce sera. Les enfants qui ont été nourris au sein un, deux ou même trois ans auront une meilleure santé et la bonne santé rend l’homme bon.

Chaque mère doit savoir comment guérir son enfant et comment lui donner les premiers secours. En cas de fièvre ou de problèmes digestifs, d'abord lui donner de l'huile de ricin, puis lui faire boire quelques tasses d'eau chaude, et ensuite lui donner une soupe de pommes de terre sans matière grasse. C'est aussi la première chose à faire pour chaque malade. Vous demandez pourquoi il faut boire de l'eau chaude, c'est simple : la nourriture laisse des graisses et résidus sur les parois de l'estomac qui empêchent la bonne digestion, l'eau chaude les dissout et régularise le processus digestif.

Si l'enfant est anémié, donnez-lui davantage de poires et de concombres. S'il est un peu dur de caractère, donnez-lui des pommes. S'il lui manque des qualités de noblesse, donnez-lui des cerises. Assurez à vos enfants une nourriture fraîche, composée essentiellement de fruits. Dans l'avenir, l'éducation des enfants aura comme premier objectif de bien contrôler l'état du système digestif. Un système digestif en bonne santé assure la normalité du système cérébral. Si les deux systèmes sont en bonne santé, le système respiratoire fonctionne bien également. Ce sont les trois principaux systèmes qui régularisent les pensées et les sentiments humains. S'ils fonctionnent correctement, l'homme est capable de donner une bonne expression à ses pensées et à ses sentiments.

Un enfant nourri au pain cuit dans la braise a de meilleures possibilités de devenir un être exceptionnel qu'un enfant nourri au chocolat, aux gâteaux et aux sucreries.

Aux enfants qui tombent souvent malades, faites des frictions derrière les oreilles où se trouve le centre de la vitalité. Ces massages donnent plus de souplesse et de résistance à l'organisme.

Si un enfant a été longtemps malade, la première chose à faire après sa guérison sera de bien le laver, de lui changer tous ses vêtements et de brûler les anciens utilisés pendant la maladie. Ne donnez jamais de vêtements imprégnés d’états maladifs et négatifs aux enfants pauvres, ils doivent être brûlés. Donnez aux pauvres des vêtements neufs.

Donnez à une personne des grains de blé secs à manger et vous verrez sa transformation. Une mère peut appliquer la même méthode pendant un ou deux jours et jusqu’à une semaine si son enfant est désobéissant.

Si un enfant est capricieux, difficile, têtu, que la mère lui donne toujours deux noix. Le nombre deux est magnétique. Si l'enfant est de tempérament instable, donnez-lui trois noix ou

trois pommes car le nombre trois repose sur la loi de l'équilibre. Une grande quantité de noix peut provoquer des effets indésirables car elles contiennent beaucoup d'iode. Si vous voulez que l'enfant développe le sens de l'équité, donnez-lui quatre noix. Pour le développement des sentiments en général, donnez-lui cinq noix, pour le sens religieux, sept noix. Sept noix également pour une intelligence critique et philosophique. Ne jamais donner plus de neuf noix à un enfant.

PRESCRIPTIONS POUR LES MALADIES CONCRÈTES

Ndt : La description détaillée des cataplasmes, compresses et autres préparations et méthodes figure à l'annexe 1. Les noms latins des plantes et arbres médicinaux, indiqués par un astérisque, figurent à l'annexe 4.

Faiblesse nerveuse et neurasthénie

De quoi provient la neurasthénie? D'une vie anormale, loin de la Nature, coupée de la Source divine. Lorsqu'il perd le lien avec le divin, l'homme devient neurasthénique. En général quand on est privé de quelque chose d'essentiel, on devient neurasthénique. C'est grave de priver l'âme de sa nourriture qui est l'amour. Cette vérité est connue de tout le monde. En conséquence, quand l'homme est privé de l'essentiel de la vie, son système nerveux est ébranlé et dérangé. Quel est le remède contre ce mal? Seul l'Amour divin est en mesure de guérir la neurasthénie. Dès que l'Amour divin visite le malade, celui-ci guérit instantanément.

«Aime ton prochain» est une loi pour prolonger la vie. Être aimé et aimer prolonge votre vie.

L'eau régularise le système nerveux. En cas de sensibilité aiguë, faites bouillir de l'eau et buvez-la très chaude, une cuillerée après l'autre. Faites ceci trois fois par jour, matin, midi et soir.

La carence en eau dans l'organisme rend l'homme nerveux et sec. Il commence à s'irriter, à devenir tranchant, il est prêt à se fâcher, à se quereller avec tout le monde. Ainsi il dérange sa paix intérieure et commet des erreurs. Comment peut-on agir contre la nervosité? Par l'eau chaude. Prenez une tasse d'eau chaude préalablement bouillie, buvez-la une cuillerée après l'autre et observez après quelle cuillerée vous commencez à vous calmer. En vous laissant emporter par la colère, vous gâchez beaucoup d'énergie. Économisez l'énergie de votre organisme, transformez-la en travail et vous gagnerez quelque chose de très précieux.

Voici quelques recommandations

1. Le matin, en été, remplir un seau ou une bassine d'eau et l'exposer au soleil jusqu'à 1 h de l'après-midi. Ensuite verser lentement cette eau sur le corps. Ce bain est recommandé aussi bien aux malades qu'aux bien-portants. Les malades peuvent le prendre deux fois par jour.

2. Trois fois par semaine, le soir, à l'aide d'une serviette trempée dans l'eau chaude, laver les parties suivantes du corps : le dos au niveau de la taille, le ventre, l'aine et la partie supérieure des cuisses mais, pour provoquer une réaction, garder sèche la partie au-dessus des genoux jusqu'à 25 cm. Ce bain renforce la circulation sanguine et active les forces de l'organisme.

3. Chaque soir, prendre un bain de pieds chaud (annexe 1-C).

4. Pratiquer quotidiennement la respiration profonde. Le matin, à midi et le soir, faire à chaque fois six respirations et les augmenter jusqu'à neuf. Les malades du système nerveux doivent essayer de retenir l'air le plus longtemps possible, de 15 à 60 et jusqu'à 90 secondes.

5. Manger une nourriture végétarienne.

6. Manger des pommes en grande quantité. Elles contiennent une énergie qui enlève la faiblesse nerveuse et les maux de tête.

7. Le matin, à midi et le soir avant les repas, boire à petites gorgées deux verres d'eau chaude.

8. À midi, manger des fèves fraîches et du navet râpé avec un peu de citron et d'huile d'olive.

9. Boire de l'eau de maïs préparée de la façon suivante : porter à ébullition 1 litre ¾ d'eau, faire cuire 1 kg de maïs et laisser évaporer pour ne conserver que 1 litre d'eau de maïs. Boire cette eau en trois fois au cours d'une journée. Recommencer le lendemain et continuer pendant quelques jours.

10. Il est recommandé de manger des carottes et des poivrons.

11. Chaque matin, faire des exercices de gymnastique.

12. Chaque matin très tôt, avant le lever du soleil et jusqu'à une heure après, faire des promenades car à ce moment-là les énergies solaires sont spécialement bénéfiques pour le système nerveux. C'est seulement au cours de ces heures matinales que le malade doit s'exposer aux rayons solaires.

13. Faire des excursions et des séjours dans les montagnes car celles-ci renouvellent et guérissent le système nerveux.

14. Entretenir des pensées divines signifie penser que, quoi qu'il arrive, tout est pour le bien et ne pas perdre son équilibre intérieur, quel que soit le problème. Le travail avec la pensée rétablit l'unité et l'harmonie entre le corps éthérique et le corps physique. Le dérangement entre ces deux corps est la cause de multiples maladies.

15. Manger une nourriture facile à digérer et la mâcher longtemps.

Si votre état d'âme est perturbé et que vous éprouvez une certaine dépression, je vous recommande l'expérience suivante : marchez le long d'un ruisseau dans le sens du courant, et vous verrez qu'il ne se passera pas une demi-heure avant que votre indisposition disparaisse. Ne marchez pas à contre-courant, mais dans le sens du courant. Si vous devez revenir à la source, passez par un autre chemin.

Quand vous êtes dépressif, approchez-vous d'un homme bon. Prenez aussi un bon livre philosophique ou scientifique, ou celui d'un moraliste de premier rang. Lisez le livre et vous verrez que votre indisposition disparaîtra. Quand faut-il lire? Pas quand vous êtes gai et joyeux mais quand vous êtes triste ou désespéré. C'est exactement à ce moment-là que le livre vous aidera.

Vous êtes irrité, vous êtes tourmenté par des doutes? Prenez un récipient rempli d'eau pure de la meilleure qualité, versez l'eau sur la partie supérieure de votre bras gauche. Ensuite épongez légèrement en laissant un peu d'humidité. Une minute plus tard, recommencez l'exercice sur votre bras droit. Si votre état ne change pas, répétez cet exercice et versez l'eau durant deux minutes. Si vous n'avez toujours pas de résultat, prolongez jusqu'à dix minutes.

Si vous êtes nerveux, irascible, impatient, touchez légèrement la pointe de votre nez.

La peur provoque quelquefois la fièvre mais elle la guérit aussi, par exemple en versant un seau d'eau sur la personne sans la prévenir.

Quelquefois vous êtes amer, indisposé, nerveux : prenez une sucrerie comme de la confiture et enduisez-en vos lèvres. Ensuite, passez lentement et légèrement votre langue sur la lèvre supérieure puis sur la lèvre inférieure.

Certaines personnes extrêmement sensibles éprouvent une sensation d'oppression et respirent difficilement avant les orages et les pluies. Elles ressentent une libération et un soulagement quand la tempête éclate. Dans ces moments-là, pour changer d'état et avant que le temps se gâte, elles doivent boire de l'eau bouillante à petites gorgées.

Si quelqu'un est tellement nerveux qu'il en arrive aux convulsions et à la perte de conscience, qu'il commence à s'intéresser à un très grand sujet, par exemple scientifique ou humanitaire, qui occupera son intellect et ainsi changera son état.

Pour changer l'état d'une personne mécontente de sa vie au point de vouloir se suicider, lui faire voir par l'imagination comment on pend quelqu'un et l'idée de suicide lui passera. Ou bien acheter un peu de viande de porc, bien la griller, la saler, la poivrer, y ajouter un peu de citron et la lui donner à manger. Par la viande de porc, la dépression guérit. Si la personne est déjà végétarienne, vous pouvez utiliser ce moyen dans des cas extrêmes.

Dans les moments difficiles où vous êtes perturbé et ne trouvez pas d'issue à une situation embarrassante et compliquée, chaque jour lavez-vous et coiffez-vous bien, puis faites cuire du riz et buvez l'eau de cuisson pendant toute une semaine : 3 cuillerées à soupe le matin, à midi et le soir. La deuxième semaine, préparez une soupe avec 1 kg de petits pois et, tous les jours, prenez-en 10 cuillerées à soupe le matin, à midi et le soir. Après, préparez-vous du pain et mangez-en chaque jour jusqu'à revenir à une bonne disposition d'esprit. C'est une nouvelle hygiène de vie. Pendant toute cette période, dès votre réveil dirigez vos pensées vers Dieu. Faites quelques respirations en commençant à inspirer par la narine gauche (les courants de la narine gauche sont liés à la lune qui purifie), retenez l'air et expirez par la narine droite. Ensuite inspirez par la narine droite, liée au courant solaire, retenez et expirez par la gauche, etc. Faites cet exercice trois fois par jour avant les repas.

Pour la neurasthénie et toutes les maladies nerveuses, pendant les mois d'avril, mai et juin, faites chaque jour des promenades à la montagne en exposant votre dos au soleil. Marchez d'est en ouest en commençant avant le lever du soleil et continuez un peu après.

La neurasthénie n'est rien d'autre que le résultat du dysfonctionnement des vaisseaux capillaires. Elle provient d'une grande accumulation d'électricité dans le système nerveux. Le surplus exerce une grande tension sur les nerfs, d'où la nervosité. C'est pourquoi il faut «tourner les clés» de son système nerveux afin de le protéger de l'électricité extérieure. Quand le système nerveux sympathique est dérangé, l'homme grossit et l'obésité engendre d'autres états maladifs.

Le système nerveux sympathique doit être protégé des résidus qui se déposent sur ses vaisseaux. La neurasthénie provient du fait que les humains ont perdu un milieu de vie naturel. Ce milieu, c'est l'amour.

Pour vous guérir de la neurasthénie vous n'avez pas besoin de médecin. Trouvez dans les montagnes un chêne* tricentenaire et commencez à l'aimer. Tournez plusieurs fois autour de lui puis adossez-vous contre son tronc, la tête un peu penchée en avant, et parlez-lui ainsi : «Monsieur le professeur, aidez-moi!» Méditez sur le fait qu'il a pu résister aux nombreuses et terribles tempêtes par lesquelles il est passé. Il suffit d'appuyer votre dos trois ou quatre fois contre un grand chêne et votre indisposition disparaîtra comme neige au soleil. Il existe des arbres et des plantes qui vivent 500 ans, 1 000 et même 2 000 ans.

Toutes les plantes vivent en miniature dans l’homme. Il existe des forêts entières plantées dans l’organisme humain. Quand on préserve ces forêts, tout va bien; quand on les déracine, on se rend malade. Dans l’homme il y a des chênes, des hêtres, des noisetiers et bien d’autres encore, mais qui ont déjà disparu.

Je recommande aux personnes nerveuses de s’appuyer contre un chêne, de grimper sur une de ses branches et d’y rester une heure durant, ou encore de s’allonger sur un beau rocher lisse, exposé au soleil du sud. De tels rochers contiennent beaucoup d’énergie. Les pierres chauffées au soleil sont une bénédiction.

Si votre esprit est perturbé, engagez-vous pour planter et vous occuper des arbres fruitiers ainsi que des œillets et penchez-vous souvent vers eux pour respirer leur parfum. Vous pouvez aussi cultiver des géraniums. Les arbres et les fleurs sont des conducteurs d’un monde supérieur, c’est pourquoi dans des moments difficiles ils peuvent vous aider.

Si vous êtes en colère mangez une pomme, une poire ou une noix.

Les disputes et les querelles entre les hommes proviennent de leur manque de raisonnement. L’homme doit apprendre à penser et de cette manière il guérira de chaque irritation. S’il vous arrive de vous fâcher, d’être vexé, dites-vous : «Réfléchis, pense, médite!», ainsi vous rétablirez les énergies du cœur dépensées par la querelle. Quand un surplus d’énergie vitale s’accumule, vous commencez à vous énerver des moindres choses. Pour éviter cet état, maintenez dans votre pensée la couleur bleue qui vous calmera.

Dans des moments d’indisposition, buvez le jus de deux ou trois citrons après l’avoir sucré, ensuite le jus de quelques oranges. Le jus des citrons et des oranges donne une bonne disposition d’esprit et, en plus, il rétablit le bon état de l’estomac.

Mal de tête

Les causes des maux de tête sont multiples mais une des principales est constituée par les inquiétudes, les angoisses et les contrariétés. Pour se soigner, il faut passer un certain temps dans les montagnes. Pendant le séjour, exposer son dos aux rayons du soleil au moment de son lever et un peu après. Celui qui a mal à la tête doit boire exclusivement de l’eau chaude, prendre chaque soir un bain de pieds (annexe 1-C) dans de l’eau bien chaude et laver la région de l’aine une fois par jour, toujours avec de l’eau chaude.

Boire des tisanes de feuilles de fraises* infusées 5 minutes.

Dans certains cas, une personne qui possède un fort magnétisme peut approcher ses mains des tempes du malade. Ainsi se forme un champ magnétique qui enlèvera le surplus d’énergie accumulée dans sa tête.

Pour soigner les maux de tête ou d’yeux, appliquer sur les tempes une pâte de farine complète au levain, fraîchement préparée de la manière suivante : utiliser de la farine complète de blé riche en son, ajouter de la levure de boulanger diluée dans de l’eau tiède, mélanger jusqu’à obtention d’une pâte souple. La laisser reposer pendant deux heures près d’une source de chaleur, recouverte d’un linge. Avant d’appliquer la pâte, traiter d’abord la partie malade avec un peu d’huile d’olive. Garder le cataplasme entre dix et quatorze heures, trois à cinq fois par semaine selon le degré du mal. Le levain a une action magnétique, c’est pourquoi je le recommande non seulement contre des maux de tête ordinaires mais même dans des cas de méningite. Si un enfant est atteint de méningite, rasez-lui la tête; préparez une pâte au levain et appliquez-la sur la partie supérieure du crâne et sur les tempes. L’enfant guérira après plusieurs applications successives de ce cataplasme.

Névralgie du visage

1. Chaque soir avant de se coucher, tremper les jambes jusqu'aux genoux dans un seau d'eau chaude. Masser dans l'eau chaque doigt de pied l'un après l'autre. L'ensemble de l'opération dure 5 minutes. Après le bain, essuyer les jambes et enfiler des chaussettes de coton.

2. Ensuite avec une éponge ou un gant imbibé d'eau chaude, laver la partie du corps entre le diaphragme et les hanches jusqu'à 25 cm au-dessus des genoux. Continuer en lavant l'aine. Le temps de cette procédure est de dix minutes. À pratiquer dix jours de suite, s'arrêter cinq jours et recommencer une nouvelle série de dix jours. Prendre le bain de pieds (annexe 1-C) chaque soir sans interruption.

3. Chaque matin au réveil, pendant 40 jours, boire à petites gorgées une tasse d'eau froide (150 g), de préférence de l'eau de source, ou l'eau du robinet mais après l'avoir fait couler longtemps. Ne pas utiliser l'eau qui a stagné, mais toujours de l'eau pure, vivante. Retenez chaque gorgée en la remuant bien avec la langue de façon à la faire circuler dans tous les recoins de la bouche, pour une meilleure absorption du prâna contenu dans l'eau.

4. Recueillir des cendres chaudes de bois de chêne*, les mouiller avec un peu d'eau pour obtenir une pâte pas trop liquide. En faire un cataplasme et l'appliquer durant 5 à 10 minutes sur la partie malade du visage. Après avoir enlevé le cataplasme, traiter l'endroit avec de l'huile d'olive pure.

5. Manger chaque matin un œuf cru et frais, battu avec un peu de sucre. Manger beaucoup de pommes et de poires.

<u>Compresses à appliquer contre les maux de tête et les névralgies</u>

1. Compresses de coton imbibé d'eau chaude : prendre un morceau de coton épais, l'imbiber d'eau bouillante. Pendant que le coton est encore très chaud mais à une température supportable, sans l'essorer trop, l'appliquer sur le visage entre une couche de gaze et, au-dessus, un morceau de tissu de laine épais. Garder le coton sur le visage durant 3 à 4 minutes. L'enlever, l'essorer, l'imbiber à nouveau d'eau très chaude et répéter l'opération. Effectuer ce traitement six fois de suite, chaque soir. Ces compresses provoquent une grande circulation sanguine dans la partie malade, ce qui favorise la guérison (annexe 1-A).

Pendant l'application des compresses, posez vos deux mains au-dessus en prononçant les formules suivantes :

<u>Première application</u> : «Dieu est dans l'eau chaude et par l'humidité de cette eau, chaque maladie disparaîtra. Car Dieu est Un et en Dieu réside la santé.»

<u>Deuxième application</u>, toujours les deux mains au-dessus : «Le principe de douceur calmera et enlèvera la maladie. Ce qui est doux a la force d'enlever tout ce qui est étranger à l'organisme. Dieu se manifeste dans la force de cette douceur.»

<u>Troisième application</u> : «La force réside dans le nombre 3. Il apporte des réalisations, dont la santé!»

<u>Quatrième application</u> : «La santé arrivera aussi par le conflit exprimé par le nombre 4. L'eau chaude rend cela possible!»

<u>Cinquième application</u> : «Le succès est dans le nombre 5. Le cinq est l'unité des cinq vertus, des cinq forces : la force de la noblesse, la force de la justice, la force de toutes les connaissances, la force de toutes les vertus et la force de l'amour. Cette unité apportera la santé.»

Sixième application : «Assurément, je serai en bonne santé car la pensée juste, le sentiment juste, l'action juste excluent la maladie!»

Si son état le permet, il est préférable que le malade prononce lui-même les formules. Sinon la personne qui le soigne et fait les applications les dira, soit à voix haute soit intérieurement, mais c'est encore mieux si elles sont prononcées ensemble par le malade et le soignant. Pendant les applications et la prononciation des formules, concentrez-vous bien pour faire agir la pensée.

Après les six applications de compresses, enduire la partie malade avec de l'huile d'olive et la couvrir soigneusement avec un tissu de laine pour conserver la chaleur. Faire cette opération trois soirs de suite ou plus si nécessaire, mais toujours avant le coucher pour éviter tout refroidissement.

Respecter la règle de ne jamais appliquer le lendemain le coton utilisé la veille. Après usage, bien l'envelopper et le jeter loin de la maison car il a déjà absorbé des vibrations maladives. Dans un cas extrême, s'il manque de coton, le laver avec du savon dans l'eau bouillante, l'exposer au soleil et l'utiliser une seconde fois.

Chaque soir durant une semaine, une demi-heure avant de se coucher, le malade boira de l'eau chaude, bouillante, à raison d'une cuillerée chaque minute, soit en tout 30 cuillerées.

Insomnie

1. Se coucher tôt.
2. Se laver les pieds dans l'eau chaude chaque soir avant de se coucher.
3. Se lier avec des gens en bonne santé car leur influence est bénéfique.
4. Manger une nourriture végétarienne.
5. Avoir un point de vue serein sur toute chose.
6. Très tôt le matin à partir de 5 h, faire de la gymnastique en plein air.
7. Boire de l'eau chaude avant les repas le matin, à midi et le soir.
8. Chanter le plus possible.

Le lit n'est pas un endroit pour rêver. Quand vous vous couchez, ne commencez pas à remuer les événements de la journée. Une fois au lit, tous les comptes doivent être réglés. Si vous ne pouvez pas vous endormir, c'est que vos affaires ne sont pas terminées : la Nature frappe à la porte pour vous inciter à vous lever et finir le travail de la journée. Après l'avoir terminé, vous recevrez la bénédiction divine en retrouvant un sommeil paisible.

Ne soyez en conflit avec personne, ni avec vous-même, ni avec vos proches, ni avec vos amis. Pourquoi? C'est peut-être justement ce soir-là que le Seigneur vous appellera et alors comment lui répondrez-vous?

Pour bien dormir, pensez bien, pensez juste. Ne gardez pas dans votre mental des pensées inutiles, secondaires et nocives. Mangez tôt et toujours à la même heure de façon à donner un rythme constant au processus de nutrition.

Aujourd'hui beaucoup de gens se plaignent d'insomnies ou de difficulté à s'endormir. Une demi-heure, une heure et même deux heures se passent entre le coucher et l'endormissement. Cela montre qu'ils ne se sont pas assez dépensés physiquement. Dans de tels cas, il faut se lever, frictionner son corps avec une serviette trempée dans l'eau chaude, laver ses pieds dans l'eau chaude et, sans les essuyer, se coucher et se couvrir chaudement. La

personne aura une sensation agréable et une fois le mouvement du sang rétabli, le sommeil arrivera.

Inflammation nasale

Prendre de la petite camomille*, la faire bouillir et la laisser refroidir. Procéder au lavement du nez par inspiration de cette décoction. Faire ce traitement le matin et le soir pendant dix jours, s'arrêter dix jours et recommencer une nouvelle série de dix jours. Chaque matin le malade boira une tasse à café d'infusion de camomille sans sucre.

Méningite

Raser les cheveux du malade. Faire une pâte de farine complète au levain naturel (annexe 1-A), l'étaler dans un «chapeau» préalablement préparé à cet usage. Le cataplasme de pâte au levain possède la propriété d'absorber la fièvre. Renouveler le cataplasme chaque deux ou trois heures.

Bourdonnement d'oreilles

Le bourdonnement d'oreilles provient souvent des soucis et des angoisses qui entravent la circulation sanguine. Celui qui en souffre doit abandonner ses inquiétudes et boire quotidiennement, pendant dix jours, 6 tasses d'eau bouillante : 2 le matin, 2 à midi et 2 le soir, ainsi que 1 tasse à café de tisane de camomille* sans sucre chaque matin. Puis il s'arrêtera dix jours et recommencera une nouvelle série de dix jours et ainsi de suite pendant soixante jours.

Otite

Laver les oreilles avec une décoction de camomille*. Exposer la colonne vertébrale au soleil, le matin.

L'inflammation des oreilles est un symptôme souvent lié aux soucis et aux inquiétudes. Le malade doit exposer son dos au soleil durant une demi-heure chaque matin pendant 40 jours.

S'il y a une inflammation, presser le jus de poireaux préalablement cuits au four et l'introduire encore chaud dans l'oreille, avec un compte-gouttes. Appliquer ensuite un cataplasme de pâte au levain (annexe 1-A).

Si quelqu'un perd l'ouïe, il doit prononcer avec conviction et souvent : «Je commence à entendre de mieux en mieux» et son ouïe s'améliorera réellement.

Inflammation des yeux

1. Couper des pommes de terre crues en lamelles fines, les appliquer sur les tempes et les maintenir par un bandage. Les pommes de terre ont la propriété d'enlever l'inflammation des yeux. Vous pouvez aussi remplacer les pommes de terre par la pâte au levain (annexe 1-A).

2. Chaque soir au coucher, appliquer une compresse préparée de la manière suivante : imbiber d'eau chaude deux morceaux de coton épais et s'en couvrir les yeux, paupières fermées, jusqu'à refroidissement de la compresse.

3. Laver les yeux avec une décoction de petite camomille*.

4. Faire cuire des fruits mûrs de cornouiller* et boire l'eau de cuisson très chaude.

5. À la taille des vignes*, récupérer la sève qui s'écoule et la conserver dans de petits flacons. Elle est très bénéfique. En mettre quelques gouttes dans les yeux.

Mal de gorge

Contre le mal de gorge, faire des cataplasmes au lait de la manière suivante : faire bouillir 1 litre de lait et après l'avoir retiré du feu, ajouter un citron pressé ou du vinaigre pour le couper (annexe 1-A). Encore chaud, le passer à travers une gaze et l'appliquer sur la gorge malade. Envelopper ensuite ce cataplasme avec une toile imperméable, puis l'entourer plusieurs fois avec un tissu de laine et maintenir le tout sur la gorge avec un bandage. Le plus important est de réaliser ce bandage de façon à ne pas permettre le passage de l'air froid pour préserver le plus longtemps possible la chaleur de la pâte au lait. Le garder jusqu'au matin. En principe il doit rester 12 heures sur la partie malade. Répéter ceci plusieurs fois si nécessaire.

Amygdales

1. S'il y a inflammation des amygdales, faire un cataplasme de pâte au levain sur la gorge (annexe 1-A).

2. Mettre 3 feuilles de sumac* dans ¼ de litre d'eau, retirer du feu à ébullition et boire une petite tasse à café de cette infusion matin, midi et soir.

3. Si les amygdales sont infectées, appliquer aussi sur la gorge un cataplasme au lait comme expliqué plus haut. Le maintenir en place une ou deux heures et appliquer ensuite la pâte au levain. En plus, se gargariser avec une décoction de camomille*.

Orgelet

Contre l'orgelet, il est recommandé d'appliquer sur l'œil une compresse de fleurs de camomille. Les faire bouillir quelques minutes dans l'eau, les égoutter un peu, les mettre dans un sachet de toile et poser la compresse sur l'œil (annexe 1-A). Couvrir avec une toile imperméable puis un tissu de laine. Faire un bandage pour préserver le plus longtemps possible la chaleur de la camomille.

Inflammation des gencives

Faire des bains de gencives avec de la tisane de camomille.

Chute des cheveux

Quatre fois par jour, peigner les cheveux mouillés d'eau tiède. Masser le cuir chevelu avec un décoction de racines de bardane*.

Pour renforcer les cheveux, boire de la tisane de racines d'orties*. On peut même arriver à redonner aux cheveux blancs leur couleur naturelle. Les cheveux se renforcent lorsque l'on ne se couvre pas la tête par beau temps.

Bégaiement

Habituellement les gens qui parlent très vite ont tendance à bégayer. Il faut donc prendre l'habitude de parler lentement. Pour s'arrêter de bégayer, suivre les conseils suivants :

1. Prendre une profonde inspiration avant de commencer à parler.

2. Pratiquer chaque jour des exercices respiratoires.

3. Apprendre à parler très lentement.

4. Chaque soir, laver ses pieds dans l'eau chaude, mais en procédant aussi très lentement. Passer ses mains sur ses pieds en massant les doigts de pieds, les chevilles, les talons et ainsi s'habituer à faire des mouvements lents.

5. Dans des occupations telles que ranger sa chambre, faire son lit, ranger des livres ou des objets sur une table, agir consciemment avec calme pour apprendre par sa volonté à exécuter des mouvements lents. Ainsi celui qui souffre de bégaiement entraînera sa volonté à prononcer et articuler normalement.

6. Que la mère parle avec son enfant qui bégaye, qu'elle lui raconte de belles histoires et qu'elle lui parle doucement et lentement. En général, l'enfant doit vivre dans un milieu plein de douceur et de calme.

7. Apprendre à l'enfant qui bégaye à faire une profonde inspiration en prononçant en même temps un mot, par exemple «douceur» («blagost» en bulgare). Qu'il fasse cet exercice plusieurs fois. Toujours en inspirant, qu'il prononce à un autre moment le mot «paix», aussi plusieurs fois. Plus tard, qu'il prononce pendant l'inspiration les deux mots «douceur» et «paix» ou encore «joie» et «lumière».

Paralysie

La lecture des Psaumes de David est conseillée, si possible par le malade lui-même.

Des bains de soleil sur la colonne vertébrale et des sorties en plein air sont bénéfiques.

Recommandations

1. Masser la colonne vertébrale du malade de haut en bas avec de l'huile d'olive.

2. Matin, midi et soir, faire des respirations profondes en retenant l'air le plus longtemps possible pour améliorer le fonctionnement du système nerveux.

3. Boire de l'eau chaude.

4. Exposer sa colonne vertébrale aux rayons solaires très tôt le matin, tout habillé mais la tête à l'ombre. La colonne vertébrale est un accumulateur de l'énergie solaire. Les bains de soleil commenceront à partir de 7 h du matin. Leur durée sera d'une demi-heure au début et augmentera progressivement de jour en jour, jusqu'à une heure et demie.

5. Suivre un régime alimentaire végétarien.

6. Préférer rester dans le calme et le silence, éviter les soucis et les sujets d'irritation. Prier, lire les Évangiles, des conférences et des livres traitant de sujets spirituels.

7. Développer sa foi.

8. Chaque soir prendre un bain de pieds chaud (annexe 1-C).

9. Trois fois par semaine, laver le pli de l'aine avec de l'eau chaude.

Maladies éruptives infantiles

Recommandations

1. L'enfant malade doit vivre au chaud, dans une pièce bien chauffée.

2. Lui faire prendre de l'huile de ricin* pour le purger.

3. Lui faire boire chaque jour à trois reprises 3 tasses d'eau chaude.

4. Lui faire manger principalement des pommes de terre cuites à l'eau et parfois en soupe. Pas de pain, pas de laitage.

Scarlatine

1. Boire 4 à 5 tasses d'eau chaude à la suite pour faire baisser la fièvre.

2. Ne pas manger de pain ni de laitages qui font augmenter la fièvre. Il est recommandé de ne manger que des pommes de terre cuites à l'eau.

Maladies psychiques

La possession par des esprits inférieurs qui élisent domicile dans l'homme est à l'origine des maladies psychiques. Lorsque des esprits de ce genre s'introduisent dans l'homme, il se produit un dysfonctionnement de l'intellect et la pensée commence à dévier. On ne peut pas appeler cela folie, la folie n'existe pas. En raison d'une sensibilité extrêmement aiguë, le malade reçoit des pensées de tous les côtés. Il entend une chose, puis une autre et il est persuadé que tout le concerne. Les causes de cela sont variées. L'une d'elles est le désaccord, le conflit entre l'intellect et le cœur, entre les pensées et les sentiments.

Il est recommandé au malade de passer l'automne à la montagne, en altitude. La haute montagne renforce, guérit, tonifie le système nerveux. En été, pratiquer des ablutions avec de l'eau exposée préalablement au soleil, manger de l'ail écrasé et mélangé avec de l'huile d'olive de première pression. En plus, voici une méthode spirituelle : six à sept personnes se regroupent pour pratiquer ensemble un jeûne de sept jours. Ils peuvent manger un peu seulement le soir. Personne ne doit connaître l'existence de ce groupe, pas même le malade sinon la force se perd. Une harmonie totale doit régner au sein du groupe qui travaille par des méditations, des prières, des chants et des formules pour la guérison du malade.

Épilepsie

On peut expliquer l'apparition de l'épilepsie par la présence d'esprits inférieurs et ténébreux qui attaquent le malade et le font tomber en catalepsie. Pendant les crises, ces entités se nourrissent des forces vitales du malade, de son prâna et le quittent ensuite. Les états cataleptiques se répètent quand les esprits reviennent.

Pour se libérer de l'épilepsie, les pratiques suivantes sont recommandées :

1. Exercices de respiration profonde.

2. Laver les plis de l'aine chaque soir et effectuer des massages depuis le diaphragme jusqu'à 25 cm au-dessus des genoux, pendant quatre mois.

3. Boire exclusivement de l'eau chaude.

4. Utiliser seulement une nourriture végétale, ne pas manger d'aliments excitants. Prévoir le repas du soir très tôt, et chaque soir manger une à deux gousses d'ail.

5. Chaque soir avant de se coucher, prendre un bain de pieds chaud (annexe 1-C).

6. Chaque jour, faire régulièrement de petites promenades.

7. Les enfants malades d'épilepsie seront soignés durant 40 jours par des massages à l'huile d'olive sur le nombril, le plexus solaire et un petit peu au-dessus du nombril.

Abcès

1. Pour attirer le pus, appliquer sur l'abcès une pâte composée d'un mélange de miel, de farine et d'eau (annexe 1-A).

2. Faire cuire de la farine de maïs dans du lait et appliquer la pâte obtenue sur l'abcès.

3. Chaque matin, s'exposer aux premiers rayons du soleil. Ensuite appliquer sur l'endroit malade une tomate coupée et faire un pansement.

4. On peut aussi pratiquer des bains de sureau* : faire bouillir dans 1 ou 2 litres d'eau des fleurs de sureau et traiter l'endroit malade soit par immersion, soit localement avec du coton imbibé de cette décoction tiède.

Eczéma

L'apparition d'eczéma sur les mains et les bras montre que le sang n'est pas pur. Il faut le purifier de la manière suivante :

1. Pendant un certain temps, consommer une nourriture végétale et crue : pommes, poires, tomates, poivrons et autres mais toujours crus. Il est recommandé de manger du blé germé ou cuit mais pas de pain. La nourriture crue purifie le sang.

2. Faire une décoction très forte avec une grande quantité de feuilles de sumac*, les cuire longtemps; verser la décoction dans une bassine et y tremper les mains pendant un moment. Pour les jambes, procéder de la même façon mais utiliser un récipient profond.

3. Mettre 3 ou 4 feuilles de sumac dans ¼ de litre d'eau; retirer du feu au moment de l'ébullition, couvrir la casserole et laisser infuser un instant. Boire une petite tasse à café de cette infusion matin, midi et soir.

Goitre

Contre le goitre, boire l'infusion de jeunes feuilles de noyer* cueillies au printemps.

Taches blanches sur les ongles

Les taches blanches sur les ongles montrent une tension du système nerveux et que, en dépit de sa volonté, l'homme est tourmenté par quelque chose, le système nerveux et la circulation sanguine ne sont pas en bon état. Ces taches disparaissent quand la situation se rétablit.

1. Un mois durant, il est recommandé de verser sur son corps de l'eau préalablement exposée au soleil.

2. S'exposer au soleil à son lever, pendant une heure, au maximum une heure et demie, mais la tête à l'ombre.

Sable et calculs dans la vésicule biliaire

1. Utiliser en décoction des feuilles de saule blanc* comme pour les calculs rénaux (chiffre 30, dépôts rénaux). Faire bouillir dans 1 litre d'eau 60 feuilles de saule blanc pendant dix minutes. Boire une tasse de cette préparation trois fois par jour avant les repas, pendant dix jours. S'arrêter une semaine et reprendre, si nécessaire, une deuxième période de dix jours. Dans les cas difficiles à guérir, s'arrêter à nouveau dix jours puis recommencer une troisième série de dix jours.

2. Faire des compresses de coton imbibé d'eau très chaude (annexe 1-A).

3. L'abdomen doit toujours être gardé au chaud. Pour cela porter une large ceinture de laine.

Énurésie chez les enfants

1. Exposer la colonne vertébrale de l'enfant au soleil du matin.

2. Maintenir la chaleur du ventre de l'enfant.

3. Lui faire des massages du dos et plus spécialement de la colonne vertébrale.

Sciatique

La sciatique apparaît quand il y a contradiction entre les pensées et les sentiments, lorsque les énergies du cerveau et celles du système sympathique nerveux s'affrontent. Dans ce cas il est recommandé :

1. Des compresses de coton imbibé d'eau chaude (annexe 1-A).

2. Des bains de soleil matinaux, surtout sur la colonne vertébrale.

3. Des excursions. Solliciter tout l'organisme par le mouvement.

Rhumatismes

1. Si vous avez un rhumatisme au genou, dès le matin frappez le genou malade avec une poignée d'orties* et répétez cela quatre à dix fois par jour au maximum. Le rhumatisme disparaîtra. Il est bon de cueillir vous-même les orties, c'est aussi un acte curatif. Marcher parmi les orties procure des sensations particulières, différentes de celles de marcher parmi d'autres plantes.

2. Faites des compresses de coton imbibé d'eau chaude sur l'endroit douloureux (annexe 1-A).

3. Les pastèques ont une action curative. Quand il fait beau, exposez une pastèque aux rayons du soleil et ensuite mangez-la.

4. Le matin, faites des bains de soleil.

Si vous souffrez de rhumatisme, chauffez de l'eau, lavez vos pieds, la région de l'aine et dites : «Au nom de l'Amour divin, que le rhumatisme me quitte!»

Contre le rhumatisme, coupez 7 têtes d'oignon rouge et écrasez-les bien en ajoutant 25 g de sel. Appliquez le cataplasme sur l'endroit malade et maintenez-le dix à douze heures. Vous ressentirez des démangeaisons. Le matin en enlevant l'oignon, vous constaterez une légère amélioration de l'état de vos jambes ou de vos bras. Faites encore deux cataplasmes identiques les jours suivants.

Tout d'abord l'homme doit apprendre à réfléchir. Quand vous avez un rhumatisme, dites-vous chaque jour : «Aujourd'hui je vais mieux.» Répétez cette phrase souvent, même des milliers de fois, mais pas continuellement. De plus, exposez-vous au soleil.

Par la douleur, vous apprendrez la patience. Le rhumatisme des articulations montre que l'homme a accepté une vie inférieure et c'est pour cela qu'il souffre. Maintenant, chassez-la. C'est vous le général, faites-vous obéir de vos soldats. Ordonnez-leur : «Demi-tour, dehors!» Dites cela une fois, deux fois, mille fois, toute l'année si nécessaire et le rhumatisme vous quittera.

Je dis à tous les rhumatisants de chanter régulièrement : «Moi, je rajeunirai, moi, je guérirai.» Quelle que soit la place du rhumatisme, à la jambe, à l'épaule, au dos, chantez! Si les douleurs disparaissent, cela montre que vous avez bien chanté.

S'il est prévu par le karma que votre jambe devienne invalide par le rhumatisme, qu'elle soit paralysée, adressez-vous à Dieu : «Seigneur, si Tu me libères, je tâcherai de vivre bien. Je ne répéterai plus les erreurs commises jusqu'à présent!» Ainsi votre jambe ira mieux.

Le rhumatisme résulte de l'accumulation de substances organiques ou semi-organiques étrangères dans les articulations. Si la circulation du sang s'accélère dans la région malade, ces

substances sont éliminées. On peut aussi essayer la méthode de la transpiration. Dans ce cas il est nécessaire de provoquer la chaleur par des massages, des mouvements ou des compresses chaudes sur l'endroit malade et de le frictionner légèrement pour faciliter l'élimination des substances étrangères.

Albumine et inflammation des reins

1. Boire plus d'eau chaude.

2. Consommer une nourriture légère et digeste.

3. Éviter en premier lieu la nourriture acide, salée ou épicée puis la nourriture riche en protéines. Manger davantage de fruits : pommes, poires, pruneaux cuits, etc. Renforcer sa foi, travailler sur elle. Chaque jour établir un lien avec Dieu, prier, lire les Évangiles et les conférences.

4. Boire trois fois par jour une tasse à thé de décoction de feuilles de saule blanc*: 10 à 20 feuilles de saule dans 1 litre d'eau, laisser bouillir dix à quinze minutes, enlever les feuilles et boire la tisane en deux jours. Après en avoir bu durant dix jours de suite, arrêter dix jours et, si nécessaire, recommencer le traitement encore dix jours. Dans des cas graves, recommencer encore une troisième fois, après un repos de dix jours.

Dépôts rénaux

Selon la nature des dépôts rénaux, éviter de manger des épinards. Tous les jours, faire des exercices respiratoires. Manger beaucoup de fruits et boire au minimum 2 litres d'eau chaude par jour. Préparer une décoction de 50 à 60 feuilles de saule blanc*, les faire bouillir dans 1 litre d'eau pendant 10 à 15 minutes. En prendre une tasse (environ 1 dl ½) matin, midi et soir, ou seulement le matin et le soir. Le saule blanc aide à éliminer le sable des reins comme celui de la vésicule biliaire. Préparer une nouvelle décoction tous les deux jours. Après en avoir bu 5 litres (un demi-litre par jour environ), arrêter 15 à 20 jours, puis recommencer une nouvelle fois.

Oreillons

1. Appliquer sur l'endroit malade un cataplasme d'olives écrasées et le maintenir toute la nuit (annexe 1-A).

2. Faire des bains de soleil sur l'endroit malade tout en couvrant le reste de la tête.

Dilatation du foie

Boire des décoctions de chicorée sauvage*. Utiliser la plante entière : racine, tige et feuilles. Le foie devient malade quand les sentiments de l'homme sont tantôt positifs, tantôt négatifs. Cette alternance entraîne le changement des courants électromagnétiques, ce qui est nocif pour le foie.

Les maladies du foie et de la vésicule biliaire résultent d'une hyperactivité des sentiments inférieurs et d'un excès d'émotions dysharmonieuses et destructrices.

Dans les maladies de la vésicule biliaire, les aliments acides sont très bénéfiques, surtout les citrons. Éviter les aliments gras et lourds. Si possible donner du repos au foie par une alimentation légère.

Si votre foie ne fonctionne pas correctement, si vous n'êtes pas bien, voici un remède qui vous sera agréable : coupez une tranche de citron et mettez-la dans votre bouche. Observez l'effet produit. Continuez l'expérience avec une deuxième, une troisième ou une quatrième tranche. Le fruit ainsi que la couleur du citron agiront sur le foie et amélioreront son

fonctionnement. Ainsi votre indisposition s'atténuera, non pas que vous deviendrez optimiste mais les sentiments négatifs dus à votre mécontentement disparaîtront. Quand les sentiments inférieurs vous envahissent, vous êtes irrité, tenté de vous fâcher, le monde vous semble sombre et vous croyez que personne ne vous aime, comme si vous regardiez le monde avec des lunettes à l'envers. Cet état d'âme perturbe votre travail.

Le dérangement du foie engendre un point de vue déformé sur toute chose. Vous me demandez à quoi sert le foie. Il aide à la digestion. Il sécrète les sucs nécessaires pour la digestion des aliments. Toutes les toxines passent par le foie. Si les toxines ne sont pas digérées dans l'estomac et dans l'appareil digestif, elles envahissent le sang et produisent ainsi un dysfonctionnement du corps astral qui entraîne une perturbation dans le corps physique. En fait, la cause n'est pas le foie lui-même mais c'est par lui que survient la conséquence. Ne circulant pas librement jusqu'au plan physique, les énergies du corps astral perturbent la mémoire qui diminue et cesse de fonctionner correctement. La pensée devient dispersée, de nombreuses souffrances et douleurs apparaissent. C'est comme cela qu'arrive la neurasthénie. Le foie agit indirectement sur le système nerveux sympathique qui est étroitement lié à l'estomac et à la digestion, elle-même liée à la respiration. De plus la respiration est liée à la pensée et au cerveau. Le dérèglement d'un élément de cet ensemble rejaillit sur les autres. Prenons un exemple : si le teint d'une personne jaunit, on dit que cela provient de son foie. En fait, la cause n'est pas le foie lui-même mais c'est par lui que survient la conséquence.

Par quoi votre foie est-il dérangé? Par vos pensées et vos sentiments inférieurs, vos instincts et vos passions. Si vous ne les contrôlez pas mentalement, ils provoqueront le dérèglement de votre foie qui rejaillira sur l'organisme tout entier. Alors vous allez appeler un médecin, puis un autre et il se peut qu'ils vous induisent en erreur. Les médecins soignent comme ils ont appris, et ils ont raison! Ils cherchent à réparer le mal et peut-être vous feront-ils peur en disant que votre système nerveux est complètement déréglé et que si vous ne prenez pas des mesures urgentes, le mal persistera. Ils vous font peur mais la peur n'arrange rien. Pourquoi vous faire peur? La peur est un fouet contre l'obstination de l'homme.

Si vous êtes un peu «patraque», cela signifie que votre foie l'est aussi. Alors utilisez des citrons! Où que vous viviez, mangez des citrons et cherchez la cause de votre malaise. Peut-être provient-il aussi des conditions extérieures défavorables, c'est une autre question. On ne peut pas supprimer les conditions extérieures, on les trouve partout. Aidez-vous par les citrons, ils sont un remède inoffensif pour le foie.

Jaunisse

1. Manger quelques citrons chaque jour, sans sucre, avec leur écorce, à condition que les citrons ne soient pas traités.

2. Éviter au maximum de manger des graisses.

Appendicite

Le traitement doit commencer en lune décroissante. Tout d'abord, prendre de l'huile de ricin* pour nettoyer les intestins. Ensuite faire un jeûne de quatre jours sans boire ni manger. Durant ce jeûne, le malade doit rester allongé et maintenir la chaleur sur son ventre, au niveau de l'appendice, au moyen de briques chaudes ou de bouillottes. Même quand le jeûne est terminé et qu'il recommence à marcher, il doit continuer à garder de la chaleur sur le ventre. Après le jeûne, prendre un bouillon de pommes de terre ou d'épinards, mais sans pain. Avant ce bouillon on peut boire un verre d'eau chaude. Le deuxième jour manger une soupe de pommes de terre, toujours sans pain. Le troisième jour on peut prendre du pain, ensuite des

aliments tendres comme par exemple des poireaux, des pommes de terre ou des cornes grecques*, et peu à peu reprendre une nourriture variée.

Appliquer sur l'endroit malade des cataplasmes de lait de brebis. Faire chauffer 2 litres de lait de brebis. Quand il arrive à ébullition, ajouter le jus d'un citron et filtrer. Avant d'appliquer le cataplasme de lait caillé, traiter l'endroit malade avec de l'huile d'olive. Couvrir d'une toile imperméable et envelopper le tout d'une écharpe de laine. Le bandage doit être solide pour éviter la pénétration de l'air. Maintenir cette application pendant 12 heures, plusieurs soirs de suite.

Hémorroïdes

Un peu avant le mois de mai, boire trois fois par jour une demi-tasse à thé de décoction de germandrée petit-chêne*. Cette décoction peut être prise à n'importe quel moment de l'année lorsque les hémorroïdes apparaissent mais surtout au mois de mai, période où elles se développent le plus.

Quand apparaissent des hémorroïdes externes, soignez-les par des cataplasmes de poireaux cuits au four (annexe 1-A) appliqués le soir au coucher. Après chaque selle effectuer une toilette minutieuse.

Rétrécissement du pylore

Tous les jours, matin, midi et soir, une heure avant de manger, prendre une tasse à café d'huile d'olive pour permettre l'adoucissement et l'élargissement du pylore.

Colite purulente

1. Pendant dix jours, manger uniquement des myrtilles, rien d'autre.

2. Exposer l'abdomen au soleil.

3. Laver la région abdominale à l'eau préalablement exposée au soleil.

Constipation

1. Manger du pain contenant le son du blé. Ce pain complet est très bon, il accélère le transit intestinal et évite la constipation.

2. Matin, midi et soir, boire un verre d'eau chaude une demi-heure avant les repas.

3. Mettre dans un verre un objet en or bien lavé au préalable, remplir le verre d'eau de source, le laisser la nuit près de votre lit et boire l'eau le matin au réveil. On peut faire cela chaque matin.

Ulcère de l'estomac ou du duodénum

1. Premier jour : le matin avant le petit déjeuner, prendre quelques tasses d'eau chaude bouillie pendant 4 minutes afin de nettoyer l'estomac et les intestins; ensuite prendre une tasse à café d'huile d'olive. Le soir prendre une tasse d'eau chaude et après une tasse à café d'huile d'olive. Une ou deux heures après, boire de l'eau de cuisson de blé (annexe 1-B).

2. Deuxième jour : faire la même chose en ce qui concerne l'eau chaude et l'huile d'olive mais remplacer l'eau de cuisson de blé par de l'eau de cuisson d'avoine.

3. Troisième jour : faire comme le premier jour mais à la place de l'eau de cuisson de blé, prendre une soupe de pommes de terre préparée de la manière suivante : peler deux ou trois grosses pommes de terre et sans les couper, les plonger dans l'eau froide légèrement

salée et bien les cuire, sans graisse ni autres additifs. Manger la soupe toujours fraîchement préparée, jamais froide ou conservée d'un jour à l'autre (annexe 1-B).

4. Quatrième jour : faire comme le premier jour mais remplacer l'eau de cuisson de blé par de l'eau de cuisson de figues.

Le cinquième jour revenir au traitement du premier jour, le sixième jour au traitement du second jour, etc. Poursuivre ainsi pendant dix jours. Après le dixième jour, arrêter la prise d'huile d'olive et donner au malade une tisane accompagnée de pain sec et dur ou de biscottes au beurre.

Faire macérer des fleurs de millepertuis* ou fleurs de Saint-Jean dans de l'huile d'olive, laisser la préparation dans une bouteille au soleil pendant 40 jours. Prendre une cuillerée à soupe de cette préparation tous les jours matin et soir, avant les repas.

Ne jamais manger d'aliments acides, forts, piquants ou salés ni des haricots blancs, des lentilles ou des pois cassés, sauf si leur pellicule a été enlevée.

Dans ¼ de litre d'eau, infuser trois ou quatre feuilles de sumac*, couvrir et laisser refroidir. Boire cette infusion en trois fois pendant la journée, avant les repas.

Contre l'ulcère d'estomac, il est bien de mélanger 150 g d'huile d'olive avec de l'ail écrasé pour obtenir une pâte assez épaisse. En prendre une petite cuillerée matin, midi et soir.

Il y a des années, un de nos frères est venu me demander conseil comment guérir son ulcère d'estomac. Je lui ai recommandé d'exposer son abdomen durant les mois d'été au soleil et de boire chaque jour une tasse à café d'huile d'olive. Il a exécuté mes recommandations et il a complètement guéri.

Gastrite

1. En premier lieu, prendre de l'huile de ricin*.

2. Ensuite boire de l'eau bouillante à la cuillère pour éviter de se brûler.

3. Boire également une décoction de petite camomille* trois fois par jour dans une tasse à café. En prendre le soir avant de se coucher.

4. Pour l'estomac il est aussi recommandé de boire de temps en temps de l'eau de cuisson de maïs (feuilles et radicelles comprises). Elle a une action laxative.

5. Pour régulariser le fonctionnement de l'estomac, le matin à jeun, boire pendant 40 jours une tasse d'eau froide préparée la veille en y trempant un objet en or. On boira cette eau à petites gorgées en la réchauffant dans la bouche.

En cas de dérangement de l'estomac accompagné de douleurs, dû à une nourriture mal digérée, boire une décoction de petite camomille ou une tasse de tisane d'absinthe*, le matin, à petites gorgées. Le jus de radis noir est aussi recommandé.

En cas d'acidité de l'estomac ou de fortes éructations, manger du poireau, de l'oignon, des carottes, de la betterave ou du chou-fleur cuits à l'eau ou à la vapeur, en salade avec de l'huile d'olive et du jus de citron. En général consommer une nourriture légère et digeste. Chaque soir, prendre un bain de pieds bien chaud (annexe 1-C) en trempant les jambes jusqu'aux genoux. Laver les plis de l'aine plusieurs fois par semaine.

Contre les maux d'estomac, appliquer un cataplasme de lait (annexe 1-A) encore chaud sur l'estomac et l'envelopper d'une toile imperméable, faire un bandage pour préserver la

chaleur. Garder cette application quelques heures ou toute la nuit. Boire uniquement de l'eau chaude.

La décoction de fleurs d'achillée* est recommandée pour les estomacs faibles et dérangés. En boire une tasse à café avant les repas.

Diabète

1. Prière, chant, foi.

2. Oublier sa maladie. Essayer d'être joyeux, dans une bonne disposition d'esprit car l'inquiétude est une des raisons de cette maladie. Éviter toutes les pensées perturbantes.

3. Se changer après chaque transpiration, autant de fois qu'il le faut au cours de la journée, sinon les toxines s'accumulent dans le corps.

4. Prendre un bain de pieds bien chaud (annexe 1-C) tous les soirs avant de se coucher.

5. Ne pas trop manger.

6. Manger du blé complet, cuit pendant une heure. Bien le mâcher.

7. Prendre quelques épis de blé encore vert avant qu'il arrive à maturité et en manger une cinquantaine de grains par jour.

8. Cuire du jeune maïs avec ses feuilles et ses filaments, manger le maïs et boire le jus de cuisson.

9. Assister au lever de soleil tous les matins et pratiquer les six exercices de gymnastique (chapitre III/10.)

10. Prendre des bains de soleil seulement le matin.

11. Consommer une nourriture sans graisse ni sucre.

12. Utiliser très peu de pain, au maximum 100 à 150 g par jour.

13. Consommer davantage de légumes : épinards, salades, haricots verts, poivrons, tomates, carottes, etc. Éviter les haricots blancs. Consommer des fruits plutôt acides, pas trop sucrés.

14. Manger de préférence un peu de couscous à la place du pain.

15. Ne pas utiliser de vinaigre et des aliments trop acides mais les remplacer par du citron.

16. Ne pas manger de produits laitiers tels que fromage et lait, sauf de temps en temps du lait frais, sans le mélanger avec une autre nourriture.

17. Diminuer le sel au maximum.

18. Boire des tisanes et d'autres boissons chaudes sans sucre, éventuellement avec du citron. Le thé peut être pris avec du lait.

Hypertension artérielle

1. Prendre un bain de pieds chaud (annexe 1-C) chaque soir pour stimuler la circulation sanguine.

2. Le malade doit manger et boire peu. L'eau distillée réduit la tension sanguine; en boire 300 à 400 millilitres par jour.

3. La nourriture doit être très peu salée. Éviter aussi les aliments acides et piquants.

4. Privilégier la consommation de carottes râpées, de betteraves (crues ou cuites), ainsi que d'orties* très jeunes, seulement ébouillantées et assaisonnées d'un peu d'huile d'olive et de citron. Ne pas prendre de pain avec cette nourriture.

5. Il est aussi recommandé de remplacer le pain par du blé cuit.

6. Pratiquer pendant un certain temps une alimentation crue.

Hypotension artérielle

1. Consommer davantage de nourriture riche en calories telle que graisses, beurre, huile d'olive et œufs. Augmenter la quantité de nourriture liquide comme des bouillons et des soupes, et boire beaucoup d'eau chaude.

2. Manger des orties*.

3. Mélanger 200 g de beurre et 200 g de miel. En prendre une cuillerée à soupe tous les matins au petit déjeuner. Ce remède est particulièrement recommandé pendant les mois de mai et de septembre. Cette préparation ne doit pas être faite plus de trois fois par an.

Si ce produit n'est pas conservé au frais, il est recommandé de le préparer par tranches de 100 g (50 g de beurre et 50 g de miel).

Varices

Les varices proviennent souvent d'une mode de vie sédentaire.

1. Faire des exercices de gymnastique chaque matin.

2. Pratiquer régulièrement des exercices de respiration.

3. Chaque soir, prendre un bain de pieds chaud (annexe 1-C).

4. Un soir sur deux, laver le pli de l'aine.

5. Manger un citron par jour.

6. Faire une décoction d'écorce de chêne blanc*. Cuire jusqu'à obtention d'une couleur brun-rouge. Tremper des bas épais dans le liquide et les enfiler sur les parties variqueuses. Faire un bandage serré et le garder pendant six à sept heures.

7. Faire des massages.

8. Prendre des bains de soleil le matin.

Furoncles

1. Cuire des graines de lin dans de l'eau sucrée et appliquer la pâte tiède sur le furoncle (annexe 1-A).

2. On peut aussi faire l'application suivante : cuire des cornes grecques* dans du lait sucré et les poser sur le furoncle.

Dartres sèches sur le visage ou les mains

Les dartres apparaissent et disparaissent périodiquement. D'habitude leur coloration est rougeâtre. Faire des bains de soleil non seulement sur les dartres mais sur tout le corps et particulièrement sur la colonne vertébrale.

Scrofules

Pratiquer des bains de soleil le matin, en gardant la tête à l'ombre. Les scrofules sont toujours guéries par le soleil. Commencer par des expositions de 15 minutes et augmenter peu à peu la durée, mais toujours avant midi.

Artériosclérose

1. Manger chaque jour quelques gousses d'ail bien écrasées, mélangées avec de l'huile d'olive. On peut utiliser aussi le jus de l'ail.

2. Se laver les pieds à l'eau chaude chaque soir pour améliorer la circulation sanguine.

3. Ne pas consommer d'alcool.

4. Être au calme et ne pas s'inquiéter.

5. Pratiquer pendant un certain temps un régime de crudités.

Influenza et grippe

1. Prendre de l'huile de ricin* pour libérer l’estomac et les intestins.

2. Le matin, à midi et le soir, boire de l’eau chaude, au minimum 9 tasses par jour.

3. Comme nourriture, consommer des pommes de terre cuites à l'eau ou au four, avec un peu de sel. Pas de pain, ni de beurre, ni de sucre car ils augmentent la fièvre. Par contre l'eau chaude et les pommes de terre la diminuent.

Refroidissement

Si vous êtes fiévreux, atteint de tremblements, vous pouvez indiquer à la fièvre un point dans le corps par où sortir, par exemple derrière l'oreille ou à côté de la bouche, d'où elle sortira sous forme de petit furoncle. Voilà, c'est ainsi que les choses se font! Les maladies montrent que dans l'organisme se sont accumulées des impuretés que l’on peut évacuer d'une manière convenable.

Remède contre la toux : prendre les feuilles séchées de 10 têtes d'oignon, les cuire quelques minutes dans 1 litre d'eau, passer et ajouter au liquide 500 g de miel, une ou deux petites cuillerées de graines de moutarde et une ou deux cuillerées de graines de lin. Prendre une cuillerée à café de cette préparation trois fois par jour matin, midi et soir.

La Nature a déposé une grande force dans les pelures séchées de l'oignon et vous les jetez!

La toux est la conséquence du manque d'amour. Celui qui tousse cherche à être aimé. Pour combattre la toux, commencez par l'accepter et aimez-la. Dès que vous commencez à l'aimer, elle vous quitte! Si deux personnes commençaient à aimer celui qui tousse, elles le guériraient. La toux apparaît à cause de la diminution d'intensité des vibrations de l'organisme. Si on augmente cette intensité, la toux disparaît.

C'est l'amour qui est capable d'augmenter les vibrations de l'organisme. Pour guérir la toux, il est indispensable de nettoyer les poumons de toutes impuretés et sécrétions des muqueuses qui obstruent les bronches. Vous pouvez utiliser les pelures d'oignon pour vous soigner mais la guérison définitive viendra toujours par l'amour.

Si vous avez mal à la gorge et que vous avez pris froid, appliquez tout de suite un cataplasme de lait ou d’olives (annexe 1-A). Je vous recommande encore un autre remède : préparez du couscous saupoudré abondamment de poivre fraîchement moulu par vous-même.

Mangez-le chaud. Cette préparation apportera beaucoup de chaleur à votre corps, de plus elle est très antiseptique. Ainsi vous mangez un bon repas qui est en même temps un remède! Si quelqu'un a pris froid et se sent incommodé, qu'il mange deux ou trois fois de suite de ce couscous fraîchement préparé et il évitera beaucoup de complications. Ne donnez pas cette recette à tort et à travers. Si les médecins entendent cela, ils vont mourir de rire. Ils diront : «On peut tout accepter mais pas une telle ignorance!»

Le refroidissement des extrémités provient de l'impureté du sang. Le sang impur est facteur de l'électricité dans l'organisme et le sang pur du magnétisme. L'électricité produit du froid et le magnétisme du chaud. Par conséquent, pour que vos mains et vos pieds soient chauds, introduisez plus de chaleur dans votre organisme. Ceci est possible quand l'homme donne libre cours au divin en lui. Ainsi il n'a peur ni du froid, ni de la pauvreté, ni de la maladie. Si vous êtes fiévreux ou que vous avez pris froid, vous pouvez compter sur un seul moyen : la foi.

Dès que les forces de l'organisme s'équilibrent, l'homme acquiert une chaleur normale et naturelle. Où qu'il soit, il est sûr d'être bien.

Voici une méthode : buvez de l'eau chaude, une, deux, trois, quatre, cinq et même six tasses, jusqu'à provoquer une bonne transpiration (annexe 1-C). Enlevez vos vêtements mouillés et frottez bien votre corps avec une serviette sèche. Changez de vêtements et buvez à nouveau une à deux tasses d'eau chaude. Ensuite massez vos pieds et vos mains avec un peu d'huile d'olive puis allez dormir. Essayez, vous verrez que vous n'aurez plus de maux de tête!

Une autre méthode si vous avez pris froid : en premier lieu, prenez un laxatif pour tout évacuer de votre estomac et de vos intestins. Ne mangez pas pendant deux ou trois jours mais buvez beaucoup d'eau chaude, trois à quatre tasses à la suite. Vous pouvez prendre deux tasses de bouillon d’épinards ou de pommes de terre, sans sel ou très peu salé. Quand vous êtes malade ne mangez pas trop, ainsi tout passera vite!

Quand le refroidissement est trop fort, prenez tout de suite de l'huile de ricin*. Après qu’elle ait agi, buvez de l'eau bouillante, une à trois fois. Pour régulariser la chaleur du corps, gardez le lit et restez bien couvert. Si vous toussez, commencez d'abord par régulariser votre respiration. Faites des respirations profondes en imaginant que tout le sang artériel se répand dans votre corps, dans vos membres, et qu'il revient harmonieusement comme sang veineux. En imaginant que le fonctionnement de tout votre corps est très harmonieux, vous remarquerez que la toux commence à se calmer. Si vous ne pouvez pas arrêter la toux de cette manière, prenez un peu d'achillée* en infusion. En été, récoltez toute l'achillée que vous trouvez au cours de vos promenades, soit la blanche, soit la jaune. L'homme qui ne peut guérir par sa volonté doit passer par l’intermédiaire des plantes médicinales en buvant des infusions. Utilisez aussi la gentiane bleue* récoltée en été. Toutes sont des plantes magnétiques et bienfaisantes qui peuvent vous aider et que vous pouvez utiliser en tisane : le thym* et le serpolet*, les feuilles vertes des fraises des bois*, la petite camomille*. Ainsi, vous pouvez vous constituer toute une pharmacie de flacons remplis de feuilles et de fleurs. Fermez-les bien et pour qu'elles reçoivent encore de l'énergie solaire, exposez-les au soleil. Ne les conservez jamais dans des endroits humides. Quand vous prenez une infusion, buvez-la à petites gorgées en retenant chaque gorgée dans votre bouche et imaginez comment la plante a poussé, vécu, et comment maintenant elle absorbe votre toux et votre malaise. C'est la plante qui les absorbe, c'est tout!

Une autre préparation : noix de muscade râpée, miel et poivre. Ajoutez dans le miel fondu de la noix de muscade râpée et du poivre fraîchement moulu. Mélangez ces ingrédients

et demandez au malade de les garder dans la bouche sans les avaler. Ainsi on provoque une bonne chaleur dans la région de la gorge et la toux disparaît.

En cas de fièvre élevée, après avoir pris de l'huile de ricin*, boire de l'eau bouillante à petites gorgées et ensuite cuire à l'eau de grosses pommes de terre entières, pelées. Les manger très chaudes, boire l'eau de cuisson et au bout d'une demi-heure, observer si la fièvre a diminué. La pomme de terre est un régulateur de la fièvre.

Hémorragies

En cas d'hémorragie du nez ou d'autres parties du corps, le remède suivant est recommandé : prendre de la laine naturelle brute de brebis, ni traitée ni lavée après la tonte. En faire brûler une poignée dans un récipient et sur la pointe d'un couteau, prendre un peu de cendre que vous garderez dans la bouche jusqu'à sa dissolution complète dans la salive. Faire ceci deux fois par jour, cinq jours de suite, le matin à jeûn et le soir au coucher. Si l'hémorragie s'interrompt avant le cinquième jour, arrêter la prise du remède. Ce remède est très utile pendant la période de menstruation de la femme.

Urticaire

1. Prendre de l'huile de ricin* pour libérer l'estomac et les intestins.

2. Vivre dans un lieu aéré, entretenir une température moyenne.

3. Boire de l'eau bouillante à la cuillère.

4. Traiter les boutons avec de l'huile d'olive de première pression à froid.

5. Suivre un régime exclusivement lacté : lait frais et yogourt.

6. Ou un régime à base d'oignons cuits au four ou de pommes de terre cuites à l'eau. Boire l'eau de cuisson. Choisir l'une de ces deux diètes.

7. Chaque soir avant de se coucher, prendre un bain de pieds chaud (annexe 1-C).

Coqueluche

Boire une décoction de feuilles de marronniers*.

Angine de poitrine

1. Matin, midi et soir, faire six respirations profondes (chapitre III/10.)

2. Faire des promenades et excursions dans des montagnes magnétiques aux collines arrondies comme par exemple les Monts Rhodopes en Bulgarie (Ndt : En France, le Massif Central).

3. Boire une tasse à café de décoction de pelures d'oignons matin, midi et soir. Les pelures d'oignons contiennent beaucoup d'énergie solaire.

Pleurésie

Appliquer des cataplasmes de lait (annexe 1-A) et faire des exercices respiratoires. En cas de coalescence de la plèvre avec le poumon, il est recommandé d'appliquer sur l'endroit malade une pâte au levain faite avec de la farine complète mélangée avec du miel et saupoudrée de chlorure d'ammonium (annexe 1-A).

Pneumonie

1. Appliquer des cataplasmes de lait (annexe 1-A).

2. Appliquer des ventouses.

Douleurs vertébrales

1. Exposer la colonne vertébrale au soleil du matin.

2. Faire des massages à l'huile d'olive sur la colonne vertébrale de haut en bas.

3. Appliquer des compresses d'huile d'olive sur l'endroit malade.

Tuberculose

1. Prendre les épluchures de pommes acides, les mastiquer longuement pour absorber tous les sucs et ensuite les cracher.

2. Par la pensée, envoyer sur le corps, et plus particulièrement sur les poumons, de la lumière de toutes les couleurs de l'arc-en-ciel. Imaginer que se déverse sur le corps une douche de rayons de lumière blanche puis orange et ainsi de suite pour toutes les couleurs de l'arc-en-ciel.

3. Méditer seul d'une manière très concentrée sur des versets des Évangiles d'une grande élévation, comme : «Celui qui espère en le Seigneur renouvellera sa force» ou «Je suis venu pour leur donner la Vie et la leur donner en abondance.»

4. Consommer de l'oignon rouge doux, en le mâchant longuement, au minimum un par jour ou plus, ce qui est encore mieux.

5. Le soir, prendre un bain de pieds à l'eau chaude (annexe 1-C) légèrement salée.

6. Pratiquer des exercices de respiration profonde.

7. Faire mentalement des promenades dans les hautes montagnes.

8. Entretenir la bonne humeur et garder un esprit alerte et sans peur. Dès qu'une personne se décide et promet de servir Dieu, elle ne doit pas avoir peur car Dieu est à ses côtés et la protège. Celui qui n'est pas au service a peur.

9. Laver la région de l'aine chaque soir à l'eau chaude légèrement salée.

10. Chaque soir, lire un psaume et apprendre les versets les plus puissants.

Quels sont les remèdes à la tuberculose? Ce sont l'air et la lumière. Les tuberculeux sont des gens impatients et nerveux, au caractère difficile. Ils doivent se libérer de leur méchanceté car elle aussi est une maladie contagieuse. Quelquefois, j'ai recommandé aux tuberculeux de fumer et d'avaler la fumée. Cela peut aussi être un remède, comme des injections de fumée, mais ce sont des moyens négatifs.

Planter des noyaux et observer le développement des plantes. C'est très bénéfique pour les personnes prédisposées à la tuberculose ou déjà guéries de cette maladie.

La tuberculose n'est pas une maladie organique extérieure. Elle est en rapport avec les pensées et les sentiments. L'homme dont la pensée et les sentiments sont déformés crée les conditions pour le développement de la tuberculose et provoque l'affaiblissement de ses poumons. Par conséquent, si vous introduisez dans votre intellect des pensées lumineuses et justes, et dans votre cœur des sentiments nobles et désintéressés, la tuberculose disparaîtra d'elle-même.

Si vous êtes malade et que le médecin vous dit que vous ne résisterez pas à la maladie, prenez comme base de votre vie la sagesse et fiez-vous à elle. Faites des efforts pour vous promener chaque jour à la montagne et marchez au minimum 1 km ½ par jour. Au bout du troisième mois, vous aurez une amélioration de 75 %, après un an de 85 %. Et en deux ou trois ans au maximum, vous serez complètement guéri. En gravissant les montagnes, remerciez Dieu. Pratiquez la marche en été, en hiver et au printemps, bien habillé et toujours avec un thermos d'eau chaude pour boire de temps en temps. Faites l'expérience pour savoir si vous êtes capable de vous guérir seul. Votre réussite sera le résultat d'une connaissance véritable, d'une expérience vivante. Ensuite, vous serez convaincu qu'il existe une force intelligente dans le monde capable de nous secourir dans chaque cas où l'aide humaine s'avère inefficace. Cette connaissance est plus précieuse que la connaissance de nombreux traités philosophiques.

Dans la première période de la maladie, quand elle n'est pas encore trop avancée, le malade peut exposer son dos au soleil levant, habillé de vêtements légers adaptés à la température de l'air et à sa sensibilité. Ne pas prendre de bain de soleil après 9 h du matin. Si le malade a une fièvre élevée, il ne doit pas prendre de bain de soleil.

Recommandations complémentaires

1. Boire chaque jour le jus d'un ou deux citrons.

2. Pratiquer le végétarisme.

3. Au mois de mai, récolter une centaine de pousses de pins, les cuire dans un grand récipient rempli d'eau pendant une heure ou deux. Ajouter 1 kg de sucre et cuire encore jusqu'à évaporation complète de l'eau. Prendre une cuillerée de cette préparation trois fois par jour, matin, midi et soir avant les repas.

4. Le malade peut aller dormir dans une bergerie pendant quelques mois. Il puisera ainsi le magnétisme vivant des brebis. Qu'il installe son lit dans la bergerie parmi les brebis, à une bonne hauteur. Le magnétisme des brebis est bénéfique et thérapeutique.

5. Le malade doit manger de l'ail cru, à condition qu'il soit compatible avec le reste de la nourriture. Par exemple l'ail et le lait frais sont incompatibles.

6. Boire l'eau de cuisson du blé (annexe 1-B).

7. Faire cuire du maïs pendant une heure et boire l'eau de cuisson.

8. Chaque jour prendre des douches.

9. Faire au total deux heures de promenades par jour. Si le malade a suffisamment marché le matin, il peut supprimer la promenade du soir mais qu'il augmente peu à peu chaque jour la durée des promenades de manière à ce qu'au bout d'un mois, il ait parcouru au moins 10 à 15 km. Se promener de préférence dans les bois pour recevoir les émanations magnétiques des arbres. Éviter à tout prix l'inertie et la passivité car elles engendrent des pensées et des états négatifs.

10. Le malade doit développer sa foi : il devient pareil à ce en quoi il croit. Il doit travailler avec les textes des Évangiles, changer son psychisme et créer une atmosphère d'espérance autour de lui.

11. Matin et soir avant le coucher, prendre une cuillerée d'huile d'olive.

Si des hémorragies se déclarent au niveau des poumons, ne pas pratiquer d'exercices respiratoires pour éviter l'éclatement des capillaires.

Anémie

1. Par son imagination le malade visualise les sept couleurs du spectre : les rayons rouge, orange, jaune, vert, bleu, indigo et violet. D'abord comme une douche, il déverse sur lui les rayons rouges qui pénètrent son corps. Après avoir procédé de la même façon avec toutes les autres couleurs, en exercice final, il imagine les rayons blancs scintillants comme la lumière du diamant. Faire cet exercice une fois par jour.

2. Porter autour du cou une écharpe de couleur rouge clair, la toucher souvent et la regarder de temps en temps.

3. Par la pensée, faire des excursions dans les hautes montagnes, par exemple aux Sept Lacs de Rila. (Ndt : Ces lacs sont situés à 2500 mètres d'altitude dans les montagnes de Rila en Bulgarie) En faisant ces voyages par la pensée, la personne se déplace réellement avec une partie de son double éthérique. De ces lieux, elle recevra de l'énergie et en revenant, elle revivifiera son organisme.

4. Quand le temps est ensoleillé, prendre un prisme et chaque jour projeter sur soi les couleurs de l'arc-en-ciel. La lumière réfléchie par le prisme se décompose en plusieurs couleurs. Se concentrer intensément sur la lumière rouge et la projeter mentalement en douche sur son cerveau et tout son corps. Faire d'abord l'expérience avec un prisme afin de bien visualiser la lumière rouge, ensuite continuer par l'imagination et s'il n'y a pas de soleil, ne pas arrêter l'exercice mais le faire mentalement.

En pratiquant l'exercice avec le spectre, il est recommandé au malade de lire les dix premiers versets du livre «Le Testament des rayons colorés de la lumière». *(*Ndt : Ce livre du Maître Peter Deunov est composé de textes extraits du Nouveau et de l'Ancien Testament. Il est destiné au travail spirituel avec les rayons lumineux, dont une partie concerne la guérison. Chaque chapitre est consacré à une couleur et regroupe des textes choisis qui expriment les vertus, les qualités, les pouvoirs de chaque rayon. Pour la santé sont utilisés les rayons rouge, orange et vert. Les premiers versets du livre représentent la synthèse des sept rayons et des sept esprits. Ils sont lus chaque fois que l'on fait un travail spirituel pour la guérison d'une personne ou de soi-même.)

L'anémie est due au manque de couleur rouge, à une prédominance du froid qui doit être transformé en chaleur. La pratique de l'exercice avec le rayon rouge s'accompagne de la lecture des versets suivants :

«Dieu est amour» (Jean IV-7),

«Je suis l'Éternel, Ton Dieu» (Deutéronome V-6),

«Je suis la fleur de Sharon» (Cantique des Cantiques).

La lecture de ces versets aide à la visualisation de la couleur rouge.

L'anémié doit manger tous les fruits rouges comme la cerise, la pastèque, etc. Il regardera la couleur rouge des fleurs et méditera sur elle. Certaines fleurs ont été créées par les rayons rouges. La couleur rouge est l'emblème de la vie.

Ensuite, le malade pratiquera des exercices respiratoires en retenant l'air inspiré le plus longtemps possible pour recevoir le prâna. Il boira de l'eau bouillante à petites gorgées. Chaque soir, il se lavera à l'eau chaude les pieds et les jambes jusqu'au-dessus du genou et maintiendra les pieds dans l'eau chaude pendant 4 à 5 minutes.

Pratiquer des promenades en montagne, si possible chaque jour. En été passer ses vacances sous tente, dans des montagnes de moyenne altitude comme les Balkans en Bulgarie (1300 - 1500 mètres).

Contusions

Appliquer sur l'endroit meurtri un cataplasme d'oignons écrasés au sel ou un cataplasme de farine complète au levain (annexe 1-A).

Pour guérir une plaie, mélanger de la farine avec un jaune d'œuf et de l'huile d'olive (annexe 1-A). Avec cette pâte, former une galette que l'on appliquera sur l'endroit blessé.

En cas d'inflammation des doigts, des ongles ou de petit abcès, mâcher une figue et avec la pâte obtenue envelopper le doigt. Pour obtenir une plus grande quantité de pâte, faire cuire les figues dans l'eau et appliquer la pâte sur l'endroit enflammé. La figue est un très bon remède.

En cas d'infection aux pieds ou aux jambes avec enflure, faire un cataplasme de lait coupé de quelques gouttes de citron (annexe 1-A). Appliquer plusieurs fois sur l'endroit malade jusqu'à disparition de l'inflammation.

Lèpre

Les poux et les puces peuvent guérir la lèpre et la syphilis. Vous êtes étonné : «Oh, mais comment ça!» En cas de lèpre et de syphilis, laissez-les se reproduire et se promener librement sur le corps du malade. Ils le guériront car les poux attaquent la lèpre et commencent à la manger.

Maladies du cœur

Très souvent les maladies cardiaques sont provoquées par des angoisses, des inquiétudes, des stress. Le battement du cœur résulte d'un courant électrique qui le traverse. Lorsque l'on éprouve des émotions comme la peur, l'inquiétude, l'angoisse, ce courant devient irrégulier et perturbe le travail du cœur et la diffusion sanguine dans le corps. À son tour le rythme cardiaque est perturbé et provoque des palpitations ou d'autres dérangements. Ceci est une des causes principales de ce type de maladies.

Parfois l'irrégularité des battements cardiaques vient de la position du diaphragme. À cause d'une respiration superficielle, incomplète, il se soulève trop haut et exerce une pression sur le cœur. Par la pratique de la respiration profonde des conditions sont créées pour l'utilisation maximale du volume pulmonaire. Les poumons, en se remplissant d'air, permettent le retour du diaphragme à sa place, c'est-à-dire en position basse. Ainsi le diaphragme ne dérange plus le travail du cœur.

Pour rétablir le bon fonctionnement du cœur, l'homme doit éveiller en lui ses forces intérieures, ses forces spirituelles afin de maîtriser et transformer ses inquiétudes, ses peurs et ses angoisses. De l'évolution de sa vie intérieure, de sa force spirituelle dépend sa victoire sur les maladies cardiaques. Bien évidemment, il faut prendre aussi des mesures extérieures.

Je vous recommande tout d'abord de :

1. Pratiquer quotidiennement des exercices respiratoires. Inspirer lentement en remplissant bien les poumons de bas en haut, retenir l'air le plus longtemps possible et expirer lentement. Établir un rythme respiratoire en accord avec le battement du cœur. Si la cause des palpitations provient du diaphragme, au bout de cinq à six exercices seulement le rythme retrouve sa normalité.

2. Boire de l'eau chaude.

3. Faire régulièrement des promenades, de préférence sur des collines boisées.

4. Tremper chaque soir ses jambes jusqu'aux genoux dans l'eau chaude pendant 5 à 10 minutes.

Je recommande aussi de :

1. Apprendre à vous asseoir à la turque, la jambe droite sur la jambe gauche, la colonne vertébrale bien droite. En cas de fatigue, changer la position, mettre la jambe droite dessous. Dans cette position, pratiquer l'exercice respiratoire avec rétention de l'air et expiration lente.

2. Laver la région de l'aine au minimum trois à quatre fois par semaine.

3. S'exposer modérément au soleil, peu de temps, le matin, en protégeant sa poitrine par un tissu.

4. Vivre en paix, dans le calme, sans inquiétude.

5. Chanter et faire des exercices vocaux.

Quelqu'un se plaint de palpitations. Les ignorants iront chez le docteur qui prescrira des remèdes, des injections mais les palpitations se renouvelleront. Le sage comprendra que la cause est ailleurs et que les injections ne sont pas efficaces. En fait les causes sont surtout psychiques, elles ont provoqué la formation de résidus et de toxines dans le sang. En conséquence, le cœur et l'organisme entier sont entravés. Ces substances étrangères semi-organiques doivent être éliminées, expulsées. La Nature n'accepte aucune impureté, aucun poison, aucun élément étranger.

Les palpitations sont provoquées par des pensées, des sentiments, des désirs contradictoires et nocifs pour le cerveau et le cœur. Pour retrouver sa santé l'homme devra se libérer de toutes ces substances étrangères. Il existe différentes méthodes mais la musique et le chant sont de nouvelles méthodes de guérison. Certains malades peuvent guérir si on leur joue du violon, d'autres si on leur joue de la guitare, d'autres de la flûte, etc. Les instruments agissent différemment sur chacun. Pour le malade qui aime le son du violon, lui jouer un morceau de musique en vibration montante et pas des mélodies mineures. La palpitation, par exemple, peut être guérie par des mélodies qui commencent par le «do», pas le «do» du diapason mais le son «do» naturel. Combien de musiciens contemporains prennent correctement le son «do»? Si vous y arriviez, vous ressentiriez immédiatement au plus profond de vous une sorte de calme, de la joie, comme si vous aviez reçu un cadeau. Quoique petite, cette joie introduira une lumière dans votre âme, une lueur, comme si le soleil vous illuminait. Le son principal «do» est la clé de la vie.

Pour le cœur, pas besoin de médecin! Si vous soignez votre cœur par des médicaments, ne vous attendez pas à de bons résultats! Ceci n'est pas une injure pour les médecins. La plupart des maladies du cœur et du cerveau ne sont pas guéries par les médicaments. Le cœur humain est guéri par l'amour, la bonté, l'amabilité, la mansuétude, la tempérance et par l'emploi de nourritures spécifiques. Le cœur a besoin d'une nourriture excellente. Près du cœur il existe de nombreux ganglions que l'on nomme le «cerveau de l'estomac» ou plexus solaire, directement relié au soleil d'où il puise ses énergies. Quant au cerveau, il est relié à la lune. Le cœur est un centre au travers duquel passe la vie et le cerveau est une dynamo électrique. C'est pourquoi l'homme qui fonctionne uniquement avec son cerveau se dessèche. L'homme qui devient trop intellectuel perd la bonté et la douceur de son cœur. En retrouvant sa bonté il évite de devenir «un bois mort» et commence tout de suite à s'épanouir, les lignes de son visage deviennent plus arrondies et son expression plus belle et agréable. Si vous

donnez libre cours à la miséricorde, à la bonté, votre cœur ne se contracte pas et il reprend son rythme naturel.

Tumeur

Parfois une tumeur apparaît dans l'abdomen ou dans un autre endroit du corps. N'ayez pas peur! Cela montre qu'une accumulation d'énergie s'est localisée à cet endroit. Elle doit être renvoyée ailleurs. Pour cela, stimulez les cellules saines autour de la formation pour qu'elles puissent expulser le superflu des cellules malades et les ramener à leur équilibre naturel. S'il n'y a pas d'autre issue, on peut procéder à l'opération mais il est possible, par une très forte concentration de la pensée, de faire disparaître une tumeur par soi-même. Par la suggestion, on peut rendre malade l'homme le plus sain mais on peut aussi expulser du corps n'importe quelle tumeur même en 24 heures, cela dépend de la force de la pensée. Si le malade est plongé dans un sommeil magnétique, sa tumeur peut disparaître en trois jours.

Cancer

Cette maladie apparaît à cause de la dysharmonie entre le cerveau et le système nerveux sympathique. Ainsi certaines cellules du corps commencent à s'individualiser, à se multiplier par elles-mêmes et ne participent plus aux besoins de l'organisme entier. C'est de cette manière qu'apparaissent les formations cancéreuses. Contre cette maladie on peut utiliser les moyens suivants :

1. Prendre des bains de soleil, le matin.

2. La couleur violette agit favorablement sur le cancer. C'est pourquoi le malade s'entourera d'objets violets. Il peut porter une écharpe violette, utiliser du linge de couleur violette : serviette, linge de table et autres objets. Il peut mettre des rideaux violets dans sa chambre ainsi que des bibelots où le violet prédomine.

3. Quotidiennement, prendre mentalement une douche avec des rayons de lumière violette.

4. Chaque jour, manger de l'oignon cru, violet de préférence.

5. Pour rétablir l'harmonie entre le cerveau et le système sympathique, ainsi qu'entre l'intellect et le cœur, développer l'amour envers Dieu, envers les autres, la foi, l'espérance, des pensées lumineuses, des sentiments désintéressés, des actes justes. Le malade doit arriver à une complète transformation intérieure, devenir une autre personne et donner une nouvelle direction à sa vie. Il peut guérir s'il s'oriente complètement vers Dieu.

6. Prendre des racines d'ellébore*, les piquer dans la chair d'une pomme que l'on fera cuire au four. Ensuite enlever les racines de la pomme et les cuire dans l'eau. Boire cette eau.

7. Boire de l'eau préalablement exposée au soleil.

8. Utiliser comme matière grasse de l'huile d'olive crue, de première pression à froid.

9. Supprimer la consommation de viande.

10. Utiliser une nourriture très simple, dissociée, et une fois par semaine respecter un jeûne complet de 24 heures.

MODE DE VIE EN ACCORD AVEC LES LOIS DE LA NATURE VIVANTE

L'alimentation carnée et le végétarisme

Les fruits sont la toute première nourriture de l'homme. Choisir d'autres aliments comme la viande, le poisson est le résultat d'interprétations humaines morales et religieuses.

L'avenir de l'homme est déterminé par la nourriture qu'il consomme. Plus sa nourriture est saine et pure, plus il se construit un avenir grand et lumineux. C'est pourquoi il doit nettoyer sa nourriture des toxines en provenance de la terre d'une part, et des animaux d'autre part. La plus grande quantité des toxines psychiques est contenue dans la nourriture carnée et pour les éliminer, il n'existe pas de meilleure méthode, physique ou chimique, que la force des pensées et des sentiments humains.

Il fut un temps où la terre, avec sa végétation abondante, ressemblait au paradis, riche en milliers et milliers de fruits. À cette époque les hommes se nourrissaient exclusivement de fruits. Mais pour certaines raisons géophysiques arriva une époque glaciaire pendant laquelle la fertilité de la terre se trouva diminuée. En conséquence les humains ont commencé à manger de la viande, à abattre les animaux et même à s'entre-tuer pour se nourrir.

Pour les animaux inférieurs, la nourriture carnée est indispensable mais pour une vie supérieure comme la vie humaine, elle est nocive car elle empêche le processus de l'évolution. Telle nourriture l'homme consomme, tels éléments il apporte dans son sang. La viande des mammifères dont l'homme se nourrit n'est aujourd'hui ni saine ni bonne. Connaissant cela vous devriez préserver la pureté de votre sang, car d'elle dépend votre santé physique et psychique.

La nourriture carnée vous apporte des malheurs, des souffrances et des maladies. Pour s'en préserver, le végétarisme est préférable. Par conséquent, la nourriture végétale n'est rien d'autre qu'une méthode de guérison. En période de soins, il faut manger d'abord des feuilles de légumes et ensuite des fruits qui sont la nourriture des premiers hommes au paradis. Si quelqu'un dit qu'il est souvent malade, la première mesure à prendre pour améliorer sa santé, c'est de changer sa nourriture. Mais de quoi se nourrir? De fruits!

Les pensées lumineuses, les sentiments élevés et les actes nobles sont la véritable nourriture. Ils sont les fruits de la vie que les humains utiliseront pour se nourrir dans l'avenir.

Que choisir aujourd'hui : une alimentation carnée ou végétarienne? L'alimentation végétarienne est préférable. Pourquoi? Les explications scientifiques qui défendent le végétarisme démontrent que les animaux abattus possèdent une conscience relativement développée. Ils veulent vivre et refusent d'être massacrés. Malgré cela l'homme exerce sur eux sa violence et les sentiments de peur, de haine qu'il provoque engendrent toujours la formation de toxines dans l'organisme des animaux. Celles-ci, par l'intermédiaire de la viande consommée, passent dans l'organisme humain. Un jour les scientifiques confirmeront, sur la base de leurs recherches, la véracité de ce propos.

La peur, la frayeur qui s'emparent des animaux à l'abattage développent des toxines à la base de la neurasthénie des hommes qui consomment leur viande.

La structure de l'homme contemporain est telle qu'elle ne lui permet pas de retirer de la viande plus d'énergie que d'une autre nourriture considérée comme moins nutritive. Pourquoi cela? Aujourd'hui les hommes sont très gourmands et ils ignorent que la force ne réside pas dans la quantité, ni même dans la qualité de la nourriture, mais dans la manière dont on la consomme.

La viande n'est pas aussi nutritive que l'on croit. Quand ils mangent, les animaux assimilent les éléments les plus précieux mais les résidus déposés dans leur organisme sont précisément ce que les hommes mangent, c'est-à-dire des surplus accumulés comme graisse et viande, bons pour la vie de l'animal mais inutiles à l'homme.

Quand il mange du porc, l'homme met au travail les ouvriers de son corps, ses cellules, pour transformer cette viande. Mais pour tirer profit d'une cellule du porc, il lui faut engager trois bons «valets»! Cela veut dire que pour l'organisme humain, la dépense énergétique pour l'assimilation de cette viande est plus grande que son apport en énergie.

À l'heure actuelle, l'alimentation carnée ne favorise pas l'évolution humaine. Ses vibrations ne correspondent pas au développement des qualités et des vertus de l'homme nouveau, car les entités contenues dans la viande sont d'une évolution inférieure et provoquent la descente de l'homme dans la matière dense. Celui qui mange une nourriture carnée prépare déjà des conditions pour sa destruction et sa régression. C'est pourquoi nous devons trouver et faire nôtre une alimentation qui convient à la nouvelle vie.

Les hommes de la nouvelle race, la sixième, se nourriront de végétaux et de fruits. La viande en tant que nourriture brute et nuisible ne sera même pas mentionnée dans l'avenir. C'est elle qui est la cause de la cruauté et de la brutalité humaines ainsi que de la neurasthénie.

L'organisme humain sera recréé par une nouvelle nutrition. Si l'homme n'accepte pas les fruits comme nourriture principale, il vivra encore longtemps avec des tendances animales. Tous les hommes qui mangent de la viande se dirigent vers le centre de la terre. Celui qui est attiré vers le soleil mange des fruits et des végétaux. Ces deux directions définissent quelle nourriture nous choisissons de consommer. Tant que l'homme ne choisit pas la direction vers le soleil, il lui est impossible de devenir végétarien.

Pour certains, le danger du végétarisme consiste dans le fait qu'ils sont encore dominés par des pulsions animales mais qu'ils veulent tout de même vivre comme des humains. Chez de telles personnes apparaît une certaine confusion au niveau de l'estomac et elles disent : «Pour nous le végétarisme, ça ne convient pas!» L'homme doit devenir végétarien par conviction. C'est seulement ainsi qu'il pourra bien assimiler les aliments.

La nourriture carnée a introduit tant de toxines dans votre corps qu'aujourd'hui celui-ci représente un ensemble d'impuretés. Si vous aviez préservé votre odorat, vous garderiez des distances entre vous et les mangeurs de viande pour ne pas ressentir leur puanteur.

Qu'est-ce que l'homme acquiert avec la viande? Il devient plus fort, mais quand il mange de la nourriture végétale il devient plus pur. Les animaux carnivores sont plus forts, plus cruels, plus rapaces. Si vous étiez des loups, vous mangeriez de la viande; si vous étiez des agneaux, vous mangeriez de l'herbe. Les désirs du loup sont les désirs de la loge noire et les désirs des agneaux sont les désirs de la loge blanche.

L'alimentation carnée est une transgression de la loi divine. Les hommes devinrent mortels lorsqu'ils commencèrent à manger de la viande.

Pour comprendre quelle nourriture est la plus bénéfique pour la santé et pour l'évolution personnelle, faites l'expérience suivante : donnez à manger à quelqu'un pendant trois mois matin, midi et soir, uniquement de la viande de porc accompagnée de vin. Dans le même temps, donnez à une autre personne exclusivement des fruits à manger et de l'eau chaude à boire. Pendant les trois mois, observez les deux personnes dans leur expression corporelle, dans leur comportement et dans les rapports qu'elles entretiennent avec les autres.

Celui qui ne peut pas se libérer de la nourriture carnée ne peut pas non plus se libérer du mal. Le sang se purifie par la nourriture. Vous pouvez manger de la viande et du fromage mais

ils ne vous donneront pas des conditions pour créer un corps pur et un intellect noble! Un vrai végétarien est celui dont les aïeux étaient végétariens depuis quatre ou cinq générations.

Je réprouve la consommation de viande car je sais qu'elle est la cause de tous les malheurs du monde. Celui qui la mange souffrira. Ceux qui n'arrivent pas à se séparer de la viande ne peuvent pas se libérer du mal.

Le massacre excessif des mammifères crée une anomalie dans la Nature. La plupart des maladies proviennent de ce massacre qui bloque l'évolution des animaux. Les forces constituant leur bien-être restent ainsi inutilisées et forment des états chaotiques qui sont la cause des différentes maladies humaines. Connaissez-vous les conséquences de l'écoulement d'une telle quantité de sang animal? Son évaporation engendre la formation de sérums et de cultures de bacilles très nocifs par lesquels arrivent tous les malheurs dans le monde organique. Il est impossible de devenir grand en se nourrissant de viande de porc et de chèvre. Saint Jean-Baptiste, lui, se nourrissait de miel et de sauterelles. Il était plein d'énergie. Le miel adoucissait son caractère et les sauterelles lui donnaient un tempérament gai et bien disposé.

Vous avez appris à vous nourrir de fruits chez les anges et ce sont les esprits déchus qui vous ont appris à vous nourrir de la viande des animaux. La nourriture carnée s'est introduite dans le monde quand s'est interrompu le lien qui relie l'âme humaine avec l'Amour de Dieu.

Le cochon est l'animal le moins pur et sa viande l'est aussi. Les cellules du porc sont excessivement individualisées et pour être assimilées par l'organisme, elles demandent deux fois plus d'énergie. Extrêmement paresseuses, elles exigent l'engagement d'ouvriers pour l'accomplissement de leur travail. Les pommes de terre, le blé, les carottes, les choux, les radis, les poires, les cerises n'exigent pas l'utilisation de forces supplémentaires, mais sont des ouvriers formidables qui travaillent sans demander de rémunération. Ne prenez pas les ouvriers du porc pour faire le travail de votre organisme! La nourriture la plus saine est le blé.

Si l'homme avait connaissance des éléments nocifs contenus dans la viande de porc, de lapin, de grenouille, il ne pourrait même pas supporter leur odeur, ne parlons pas de les manger! On croit rejeter ces impuretés en libérant ses intestins! Le sang se purifie par la nourriture.

Le poisson possède une force magnétique spécifique dont l'organisme a besoin, mais on trouve la même force magnétique dans les plantes et même en quantité supérieure. Vous pouvez manger du poisson dans des cas exceptionnels.

L'hygiène de la vie commence par une bonne utilisation de la lumière déposée dans les végétaux et les fruits. Si la lumière emmagasinée par les plantes ne se transforme pas en énergie vitale dans l'organisme humain, on dit que les aliments ne sont pas bien assimilés, c'est-à-dire que cette nourriture n'est pas adéquate pour la personne.

De nos jours les hygiénistes et les nutritionnistes recommandent soit une alimentation carnée, soit une alimentation végétarienne. Mais quelquefois un mélange de plusieurs végétaux avec certaines huiles peut déranger votre estomac plus que la viande. Pour éviter ces inconvénients, chacun doit trouver la nourriture que la Nature a prévue spécialement pour lui. Ceci est le point le plus important sur lequel vous devriez vous arrêter et méditer. Ce qui est écrit dans les livres n'est pas si important. Chacun doit trouver la nourriture qui lui correspond comme le font les animaux. La Nature a doté l'homme d'un sens lui permettant de reconnaître celle qui lui convient. Si l'homme revient vers son état de pureté originelle, il saura distinguer la bonne de la mauvaise nourriture et spécialement celle qui lui est destinée. Ne mangez jamais trop, ne donnez pas n'importe quoi à votre estomac.

C'est seulement quand vous êtes végétarien par conviction profonde que la nourriture est bien assimilée. L'homme qui se nourrit exclusivement de viande devient plus grossier. Par quoi peut-on remplacer la viande? Les haricots blancs (annexe 1-B) sont une très bonne substitution mais pour les rendre plus digestes, il faut enlever leur pellicule. En manger au moins une fois par semaine.

Le caractère, la stabilité de l'organisme et les convictions de l'homme dépendent de la nourriture qu'il consomme. Les bons aliments sont ceux capables d'établir l'ordre dans la circulation des forces et des énergies. Chaque cellule de l'organisme humain doit être organisée, vivante et en état de participer intelligemment au fonctionnement des organes. Sinon elle meurt et devient nocive pour l'organisme.

La plus grande partie des gens pensent qu'en mangeant une nourriture riche et mélangée, ils deviendront forts et en bonne santé.

Selon leur alimentation, les hommes se divisent en deux catégories : les végétariens et les non-végétariens. Il existe des végétariens de naissance, d'autres depuis dix, vingt ans. Lorsque l'on parle de vrais végétariens, il s'agit de la première catégorie. La morphologie de la tête des végétariens est différente de celle des carnivores : plus longue et plus étroite chez les végétariens, plus courte et plus large, notamment autour des oreilles, chez les non-végétariens, ce qui montre que les capacités destructrices sont dominantes. La nourriture a une influence aussi bien sur la vie physique que psychique et spirituelle.

Pour le moment l'alimentation la plus pure et la plus hygiénique est la nourriture végétarienne mais il viendra un jour où les plantes, pour préserver leur propre vie, commenceront à sécréter des poisons qui feront des dégâts chez les hommes. Aujourd'hui il existe des plantes nocives dont les poisons entrent quelquefois dans la composition de médicaments.

Quelle utilité d'être végétarien si vous ne changez pas simultanément vos pensées et vos sentiments? Il est impossible d'améliorer sa vie sans changer son alimentation, ses pensées et ses sentiments. Le véritable végétarien doit s'entretenir non seulement par une nourriture saine mais aussi par des pensées, des sentiments et des actes purs.

Dans l'avenir, les humains se nourriront uniquement de fruits, comme les anges. Même la nourriture végétale d'aujourd'hui n'est pas tellement pure, elle n'est pas en mesure d'apporter des éléments d'immortalité. Dans un avenir encore plus lointain, on ne mangera même plus de végétaux, on se nourrira alors comme les anges, des nectars purs de la Nature.

Croyez-vous que la Nature donne son approbation à la cuisine contemporaine? Elle a créé les fruits et les légumes comme une nourriture directement utilisable, mais beaucoup de gens ne savent pas l'employer; ils la cuisent, la font frire, y ajoutent différentes épices et alors, au lieu de leur procurer des avantages, elle leur nuit.

Apprenez l'art culinaire de la Nature. Observez comment les fruits sont faits! Et aujourd'hui comment cuisine-t-on? On coupe la viande, on y ajoute des oignons, du poivre, des épices, du beurre, des sauces et cela devient une bouillie!

Il est préférable d'utiliser moins de sel dans les plats. Celui qui en a plus besoin peut en ajouter. C'est l'eau qui apporte la vie, pas le sel. Ne croyez pas qu'en mettant plus de sel, plus de poivre, plus de beurre, la nourriture apportera plus de bienfaits à votre estomac. Cela apporte seulement quelque chose pour le goût. Pour tester la qualité d'une nourriture, il faut observer la disposition de votre estomac une demi-heure après le repas. Si vous éprouvez la moindre pesanteur, cette nourriture ne vous convient pas.

Pour mieux profiter des qualités nutritives des haricots blancs, les cuire dans de l'eau pure, avec un ou deux oignons, sans apport de compléments, même pas d'huile ni de poivrons. Le haricot contient une huile spécifique qui se marie avec aucune autre, pas même avec l'huile d'olive qui peut l'altérer.

Plantez les haricots sur un terrain propre et bien exposé au soleil. Ne mangez jamais des haricots blancs pas assez cuits, ni vieux de plus d'un an. Symboles de l'égoïsme humain, ils sont nutritifs et donnent beaucoup mais ils prennent aussi beaucoup.

Les Bulgares d'autrefois jetaient l'eau de la première cuisson car elle est nuisible pour la santé et ils cuisaient dans une deuxième eau. Je voudrais que les Bulgares reviennent à cette ancienne tradition qui repose sur une loi psychologique importante et donne de bons résultats.

Si vous voulez bien cuisiner, cuisez l'oignon au four ou à l'eau mais ne le faites jamais frire. Il a des vertus thérapeutiques quand il est cru, cuit au four, à la vapeur ou à l'eau. Celui qui veut être en bonne santé ne doit jamais manger d'oignons frits.

La friture en général provoque une évaporation de toutes les essences subtiles contenues dans les aliments et leur enlève une grande partie de leur valeur nutritive.

Dans l'art culinaire, il faut bien savoir quels éléments utiliser et comment les mélanger.

Mangez la nourriture préparée par la personne qui vous aime, elle vous apportera la santé et le bien-être.

Le blé et le pain

Le grain de blé est l'emblème de l'âme humaine. Il condense l'histoire grandiose du développement de la Nature. Les forces, les possibilités, l'esprit d'abnégation qu'il contient sont une nourriture pour le blé lui-même et pour les hommes. Il y a une grande énigme dans un grain de blé!

Le grain de blé est l'enfant bien-aimé des anges. Plus on le mastique, plus on en retire d'éléments bénéfiques. Le blé est la nourriture la plus pure. Pour l'instant, il n'existe pas de nourriture plus saine que le blé. Néanmoins, la façon dont on le moud et dont on prépare le pain lui fait perdre une grande partie de ses éléments nutritifs.

Le soleil a introduit dans le blé énormément de choses et si vous pouviez extraire ce contenu précieux, vous n'auriez même pas besoin d'une autre nourriture. En changeant votre état d'esprit, vous serez en mesure d'absorber les éléments nutritifs contenus dans le blé. Les autres aliments viennent en complément du blé et du pain.

Supposons que vous vouliez bénéficier d'éléments pour votre intellect. Que devez-vous faire? Mettez au travail les substances azotées et pensez continuellement au monde spirituel, à l'Amour divin. C'est seulement ainsi que vous retirerez les éléments nécessaires que le soleil a déposés dans le blé. Si vous voulez retirer de l'énergie pour nourrir vos sentiments, votre cœur, il faut mettre au travail l'oxygène du blé. En réalité, si on savait comment utiliser toutes ses énergies nutritives, 100 g de blé seulement permettraient à l'homme de vivre toute une semaine. De nos jours, quelle quantité de nourriture les humains mangent par semaine, en plus des 100 g de blé! Et combien peu d'énergie ils utilisent de ce qu'ils mangent!

Le blé cru est meilleur que le bon pain chaud car une grande partie de ses vitamines disparaissent à la cuisson. De même la mouture lui fait perdre une partie de ses pouvoirs. Moudre le blé est une invention humaine. Il est préférable de le concasser et de le manger ainsi.

Il est préférable de manger du blé cru mais comme les humains n'ont pas de bonnes dents, il faut le cuire et le manger quand il est chaud. Ne mangez jamais le blé cuit la veille, mais préparez chaque fois la quantité nécessaire.

Le blé est déjà cuit une fois par le soleil, comme la poire et tous les autres fruits. Dans la Nature existe un processus interne par lequel se manifeste la vie. En même temps qu'il croît et mûrit, le grain de blé emmagasine de la vie en lui. Quand on le cuit, sa vie n'augmente pas. Toutefois vous pouvez manger le blé tel que la Nature le donne, mais aussi sous forme de pain.

Personnellement, je conseille de ne pas manger beaucoup pour que la nourriture dont l'homme a besoin soit bien digérée et ne stagne pas dans l'estomac. La bonne assimilation de la nourriture évite la formation de tout surplus et de gaz nocifs.

Le pain est la nourriture la plus importante pour l'homme, il contient tous les éléments nutritifs. C'est une bénédiction que Dieu nous a donnée.

L'homme pourrait vivre magnifiquement seulement avec du pain, des fruits et de l'eau. Le plus important c'est de manger avec amour, bien disposé, de remercier et de bien mâcher. Les humains, pour la plupart, font tout ce qui leur crée des handicaps en ne se refusant aucune nourriture, en satisfaisant leur gourmandise, en engloutissant vite, sans mâcher. En bref, ils ne savent ni manger, ni dormir, ni respirer et ils veulent être en bonne santé!

Le pain de blé possède beaucoup plus d'éléments nutritifs que tout le reste. Dans le pain au levain, les ferments vivants se multiplient et produisent des éléments inutiles. C'est pourquoi Moïse a interdit aux Hébreux de faire le pain au levain. Il vaut mieux faire le pain avec du blé fraîchement concassé ou moulu et qu'il soit bien cuit plutôt que pas assez. Aujourd'hui le pain que l'on mange n'apporte pas assez d'éléments profitables car il est préparé par des gens mécontents, mal disposés, qui se bagarrent et s'injurient. Le pain est une nourriture sacrée et il doit être préparé avec soin, dans une ambiance saine et avec des pensées et des sentiments purs.

De tous les aliments, les meilleurs sont donc le blé et le pain. Les autres sont là en complément.

Le jeûne

Le jeûne est une force qui prolonge la vie. Ce ne sont pas la souffrance et les peines, mais le jeûne qui prolonge la vie et la rend plus intense.

Celui qui veut faire quelque chose de grand doit jeûner et manger peu. Tous les hommes bons, conscients et grands ont jeûné pour être forts et en bonne santé. Chacun devrait de temps en temps se soumettre volontairement à un jeûne mais sans pour autant avoir la sensation d'être affamé. La Nature se sert du jeûne comme d'un moteur puissant car tous les processus chimiques sont aiguisés par le manque de nourriture. Le jeûne conscient prolonge la vie et renforce l'organisme.

Le véritable jeûne est une méthode de régulation des émotions et des pensées. Hormis ne pas boire et manger, ne pas consommer de graisses ni de viande, le jeûne consiste à se nourrir en même temps de pensées et de sentiments élevés, à être prêt à se réconcilier avec tous ses ennemis et à payer toutes ses dettes. Si vous voulez accomplir tous vos devoirs et dissoudre tous vos malheurs, jeûnez pendant cinq, dix, vingt jours, mais à condition que votre cœur et votre intellect soient en accord avec cette décision. À certains moments de votre vie, lorsque vous devez renforcer votre volonté, l'unir avec la Volonté divine, vous devez jeûner.

Si vous découvrez certaines anomalies dans votre organisme, jeûnez pendant quelques jours, buvez davantage d'eau chaude, respirez profondément et exposez-vous à la lumière.

Avant de commencer le jeûne il faut bien nettoyer votre estomac, prendre un laxatif, laver les intestins. Un jeûne est très bénéfique mais à condition de purifier en même temps les pensées et les sentiments, sinon il n'aura pas tellement d'utilité. D'autre part, le jeûne est indispensable comme un repos pour votre organisme, repos intérieur et extérieur. Il est aussi recommandé comme moyen de guérison. Durant le jeûne, la combustion dans l'organisme devient plus intense et les éléments nocifs à l'origine des différentes maladies, indispositions et mécontentements sont brûlés.

Que signifie jeûner au niveau physique? Cela ne veut pas dire devenir maigre, chétif, pâle, faible, mais ne plus torturer son mari, sa femme, son prochain. C'est-à-dire ne pas faire porter à son mari des vêtements et des chaussures usés, sales, quelconques mais, au contraire, apporter tout le soin nécessaire pour lui préparer les meilleurs vêtements propres et confortables, ne pas le soupçonner de courir après d'autres femmes ou d'être malhonnête, mais croire qu'il est comme un saint, doté de grandes qualités.

Les vendredis, ne cuisinez pas et ne mangez pas de plats cuisinés. On peut à la limite manger des fruits, du pain avec des olives. Choisissez un vendredi dans le mois et ne mangez rien. Si vous êtes obligé de manger ce jour-là, le mois d'après, jeûnez deux vendredis de suite. N'annoncez à personne quand vous allez jeûner, ou quand vous jeûnez, et même que vous avez jeûné. Jeûnez 40 heures si possible, mais au moins 24 heures complètes. Que chacun jeûne! Un jour par mois, ce n'est pas beaucoup! Cela fait combien de vendredis dans l'année?

Le neuvième jour de chaque mois, consacrez-le entièrement au Seigneur. Ce jour-là, nourrissez-vous de fruits.

Pendant la durée du jeûne, respirez toujours intensivement car par l'air, vous pouvez recevoir une quantité suffisante d'énergie nutritive. On pourrait se nourrir uniquement d'amour qui, passant d'abord dans l'air, est en mesure de produire tous les bienfaits dans l'homme et de lui donner une pensée juste et puissante. Projetée vers celui qui n'a pas mangé pendant quelque temps, une pensée de cette qualité a la capacité de le rassasier.

Celui qui fait une excursion à pied ne doit pas jeûner. Qu'il emporte avec lui du pain, qu'il boive de l'eau et remercie Dieu. Pendant les excursions, tout le monde doit se sentir rassasié. L'idée principale du jeûne est d'éveiller l'énergie cachée dans les cellules et de renouveler l'organisme.

Si vous décidez de jeûner sans savoir pourquoi, le jeûne ne sera pas très utile. Il est aussi important de respecter exactement ce que vous avez décidé : le jour du début d'un jeûne que vous voulez entreprendre et sa durée. En commençant le lundi, vous obtenez un résultat, à partir du mardi un autre, du mercredi un troisième et ainsi de suite. Le résultat est encore différent si vous commencez à jeûner à partir du matin, de midi ou du soir. Respectez certaines règles, sinon vos expériences seront déviées de leur but.

Il est dit dans la Bible que le prophète Élie a jeûné 42 jours pour se magnétiser. Le jeûne est un moyen d'éliminer la peur, il donne la capacité de contrôler la circulation sanguine et le fonctionnement du cerveau. Comme pendant ce temps l'homme devient très sensible et attire les forces dynamiques de la Nature, il doit rester vigilant pour les contrôler.

Le bien-être est acquis non seulement par le jeûne physique mais aussi par le jeûne spirituel qui forge la volonté : vous devenez plus intelligent, plus résistant au travail et à l'étude.

Il est bien pour l'homme de satisfaire ses désirs mais c'est beaucoup mieux de les éduquer. Quand quelqu'un se rend compte d'un trait négatif dans son caractère ou qu'il remarque l'évolution d'une pensée ou d'un sentiment destructifs, il peut jeûner deux ou trois jours dans le but de se libérer. Certains jeûnent et torturent leur corps sans comprendre le sens du jeûne. Il faut savoir jeûner consciemment.

D'après moi, 24 heures de jeûne bien fait sont égales à 10 jours de jeûne effectué de façon mécanique. En 24 heures, on peut rénover les cellules de son corps. Pendant ce temps soyez gai, joyeux, chantez et remerciez le Seigneur pour tout. Ensuite mangez et remerciez pour le pain et pour l'eau. Le nombre 24 est harmonieux, il correspond à une rotation de la terre sur son axe et il vous mettra en harmonie avec ses vibrations.

Le jeûne n'est pas prévu pour torturer le corps mais pour l'harmoniser avec les forces de l'âme, régulariser les courants énergétiques en vous et bien les utiliser. Le jeûne excessif provoque des processus contraires, comme la gourmandise.

La nutrition

La nutrition est un acte sacré. Elle n'est pas seulement un processus physique mais aussi spirituel. L'état de santé de l'organisme en dépend.

Quand l'homme sait comment se nourrir et comment bien choisir sa nourriture, il est arrivé au stade de connaître les lois du monde physique et de les appliquer petit à petit dans sa vie intérieure.

Beaucoup de choses dépendent de la nutrition. S'il sait comment se nourrir, l'homme a déjà résolu un des problèmes les plus importants de sa vie.

Mangez seulement quand vous avez faim. Si vous n'avez pas faim ne mangez pas. Si les hommes respectent cet instinct intérieur, ils acquerront une meilleure santé.

La manière dont il se nourrit montre la réalité de l'homme sur les plans intellectuel et spirituel.

On peut dire que bien manger inclut la participation de la pensée et des sentiments. Il faut aimer les aliments que l'on mange et penser à la nourriture que l'on reçoit, ainsi qu'à sa digestion. Si la pensée et l'amour ne participent pas, l'homme se heurtera à différents états maladifs.

Vous observez quelqu'un en train de manger mais, en même temps, sa pensée est ailleurs. Il est préoccupé par d'autres choses, ne pense pas à sa nourriture et ne remercie pas pour les bienfaits qu'il reçoit à ce moment-là. Pensez à ce que vous mangez et remerciez. Le monde invisible surveille la façon dont l'homme se nourrit. S'il mange lentement, avec soin, s'il remercie, les êtres lumineux l'aident dans tous ses autres travaux. Sans la connaissance du sens profond de la nutrition, de la respiration, de la pensée, la vie reste incompréhensible. Comme l'intelligence, le ressenti et l'action sont indissolubles, de même la pensée, la respiration et la nutrition doivent être liées.

La nutrition est un processus musical.

On doit mâcher tranquillement mais énergiquement afin de transformer la nourriture en bouillie avant de l'avaler. La durée d'un repas est d'environ cinquante minutes.

L'homme à l'intelligence éveillée peut se rassasier avec seulement 100 g de pain par jour, à condition de savoir comment en tirer profit. Tout réside dans la pensée. L'intellect est le conducteur de la vie. Il ne suffit pas d'accumuler des richesses et des forces mais de savoir

les organiser. L'homme en bonne santé se distingue par la bonne organisation des énergies de son corps.

Celui qui a étudié longtemps les lois de la nutrition peut utiliser seulement 50 ou 100 g de riz par jour et bien se porter. Avec 100 g de beurre, on peut vivre toute une année; avec 150 g de fromage aussi. Jésus connaissait cette science de la nutrition et il a pu nourrir 5 000 personnes avec cinq pains. D'où est venu ce pain? De l'air. Il connaissait la loi de la transformation de la matière. Il pouvait, il croyait, il aimait car il vivait en accord avec les lois de l'amour, de la sagesse et de la vérité. Celui qui vit conformément à ces lois peut arriver au même résultat.

Derrière le mot «nutrition», au sens large du terme, on comprend le processus de réception des forces vivantes de la Nature. Ces forces sont reçues par la nourriture, par l'air, par la lumière, par la chaleur et enfin par la pensée vivante. Ce sont des conducteurs qui doivent passer par l'organisme afin que l'homme puisse s'en servir. L'homme à l'intelligence éveillée connaît des méthodes, des moyens pour en extraire des forces vivantes. C'est tout un art de savoir se nourrir, de savoir transformer l'énergie acquise par la nourriture, de savoir la diriger de l'estomac vers le cœur et du cœur vers le cerveau, c'est-à-dire de la faire monter d'un plan inférieur à un plan supérieur.

La nutrition est la science de la transformation des énergies d'un état à un autre, de l'énergie brute en énergie mentale. Après avoir mangé, commencez à chanter. Ainsi vous pouvez transformer l'énergie mentale en énergie spirituelle. Et qu'est-ce que la prière? Elle est la loi de la transformation des énergies mentales.

Celui qui mange correctement jouit d'un beau corps.

L'idée qu'avec peu de nourriture l'organisme ne peut subsister est fausse. Une petite quantité de nourriture bien assimilée donne plus d'énergie qu'une grande quantité mal transformée.

Se nourrir correctement signifie savoir bien assimiler l'énergie vitale contenue dans la nourriture. Si le processus n'est pas bien respecté, on tombe malade ou on est mal disposé. En mangeant trop vite, vous introduisez beaucoup d'air dans l'estomac. Faites entrer un minimum d'air, sinon l'estomac s'élargit et vous souffrez de coliques. Dans ce cas, buvez deux ou trois verres d'eau chaude et faites-vous un massage.

Il faut manger au bon moment, c'est-à-dire pas forcément à la même heure mais quand les forces de l'organisme se manifestent et quand on ressent une faim intérieure. Certains mangent beaucoup mais n'importe quand et, bien sûr, sans résultat. D'autres mangent peu mais au bon moment, quand l'organisme est bien disposé, et ils obtiennent de bons résultats. L'homme doit se nourrir en pleine conscience, remercier pour la nourriture donnée en sachant que les plantes, les fruits, les animaux se sont sacrifiés pour les humains et qu'il faut les remercier pour cela. Sinon il n'y aura pas de profit pour eux et les souffrances des plantes et des animaux augmenteront encore. Les hommes doivent racheter leur sacrifice! Comment? Par leur travail et par leur gratitude.

Retenez ceci : la nutrition est basée sur la loi de l'amour. Si vous mangez une nourriture que vous n'aimez pas, elle ne peut pas vous convenir. Chaque aliment cache en soi de la vie que vous recevez seulement si vous l'aimez. Ne pensez pas que la nourriture vous apporte de la force, elle est seulement conductrice de la vie qui donne force à l'homme. Si vous aimez la vie cachée dans une certaine nourriture, toutes vos cellules s'ouvriront pour elle et la recevront. Si vous n'aimez pas un aliment, vous n'aimez pas non plus la vie qu'il contient.

C’est-à-dire que cette nourriture entrera et sortira de vos cellules sans que vous puissiez recevoir la vie spécifique qu’elle apporte.

Il existe une loi qui régit la bonne nutrition et qui dit que l'homme peut tout manger mais à condition qu'il le fasse avec amour, consciemment et dans de bonnes dispositions.

Libérez-vous de tout mécontentement! C’est la première condition à respecter quand vous commencez à manger. Même si vous n’avez qu’un peu de pain, aimez-le pour que l’énergie qu'il contient pénètre votre organisme.

En réalité que se passe-t-il? La femme a cuisiné pendant des heures, elle a introduit dans ses plats divers ingrédients pour les rendre savoureux et les plats préparés sont vraiment succulents. Mais voilà que le mari rentre à la maison mécontent, maussade. La femme reste comme pétrifiée et voilà que toute la magie de ce repas s'évapore.

Ne mangez jamais quand vous n'êtes pas bien disposé. Ne mangez pas non plus quand vous êtes en colère. La nourriture est vivante et quand ses particules pénètrent votre organisme, par votre reconnaissance elles peuvent le renouveler. Mettez-vous à table bien disposé, calme, tranquille et commencez à manger lentement en mastiquant bien votre nourriture. Le repas peut durer de 40 minutes à une heure si rien ne presse. La nutrition est un travail grandiose, c'est pourquoi il ne faut pas la négliger, manger vite en faisant autre chose.

Il est préférable de manger peu et de façon à garder toujours une sensation de légèreté dans votre estomac. Arrêtez-vous sur la bouchée la plus délicieuse et remerciez.

Les scientifiques n'ont pas encore analysé et comparé les sucs de l'estomac et du sang d’un homme qui mange dans de bonnes dispositions et d’un autre qui mange irrité et en colère. Entre les deux cas, il existe une différence considérable dans la composition biochimique des sucs de l'estomac et du sang. La moins bonne disposition d'esprit engendre des toxines qui se répandent dans le corps par le sang. C'est pourquoi si vous êtes en colère, ne mangez pas avant d'avoir transformé votre état. Ceci vaut pour l'homme conscient. Mais pour l'homme inconscient, on recommande le contraire : quand son état d’esprit est perturbé, négatif, qu'il mange bien et les énergies reçues de la nourriture rétabliront son équilibre.

Bien que la nutrition soit un des processus communs à tous les êtres vivants, personne ne sait se nourrir comme il faut. L’homme, l’être le plus évolué, ne se nourrit pas bien non plus. Il avale vite, sans bien mâcher, ce qui a pour conséquence une digestion défectueuse. Avant tout, la nourriture gardée suffisamment longtemps dans la bouche apporte de l'énergie. Les énergies subtiles contenues dans les aliments ne peuvent pas être absorbées autrement que par la langue. C’est précisément pour cette raison qu’il faut manger en paix, libéré des inquiétudes, concentré, sans précipitation, de façon à recevoir de la nourriture le plus important, l’essentiel.

Pendant le processus de mastication, l'énergie vivante, le prâna, passe par la langue et se dépose dans le système nerveux. Plus la nourriture est mastiquée longtemps, plus elle apporte de prâna au système nerveux et au cerveau. De la bouche, la nourriture passe dans l'estomac où elle est soumise à un autre processus. Plus grande est l'énergie qui parvient du cerveau, mieux se fait la digestion. C'est pourquoi il faut mastiquer longtemps : pour recevoir plus d’énergie cérébrale. Ainsi, l’apport d’énergie indispensable aux muscles et aux os est également assuré. Seule la nourriture bien digérée est bienfaisante.

Entre les pensées, les sentiments et la mastication existent certaines correspondances. En ce sens, la façon de mastiquer indique la façon de penser, de ressentir et d’agir.

Celui qui a de bonnes dents et mastique bien sa nourriture des deux côtés, à gauche et à droite, ne se rend pas malade. Ne mastiquez pas bouche ouverte car l'air qui s’engouffre

empêche la bonne digestion. Vous ne pouvez pas être en bonne santé si pendant le repas vos pensées sont négatives et si vous êtes mécontent de la vie. Bien disposé, prenez une demi-heure pour le petit déjeuner du matin et pour le repas du soir, et 40 à 50 minutes pour le repas de midi. Ne remplissez pas trop votre assiette et ne coupez pas de grands morceaux de pain.

Vous vous apprêtez à manger un fruit, une poire par exemple; ne la commencez pas tout de suite, arrêtez-vous, observez-la, pensez un peu à elle, éveillez en vous un sentiment d'amour à son égard et regardez ce que la Nature a inscrit dans ce fruit. Chaque fruit est une lettre du Créateur. Il est imprégné des rayons du soleil. Les êtres qui ont créé ce fruit y ont condensé des rayons, des énergies solaires. Vous voulez recevoir cette lumière et en faire profiter votre organisme? Alors, remerciez-les!

Après avoir mangé des fruits, ne buvez jamais d'eau, ni chaude, ni froide. Buvez toujours de l'eau avant les repas et pas après.

Durant le repas vous pouvez écouter de la musique, une musique agréable, ni trop dansante ni trop triste, car cette dernière peut perturber le processus nutritif.

Plus riche est la pensée, plus raffinée sera la nourriture. C'est elle qui détermine la construction de l'intellect et du corps : la qualité et le choix de la nourriture dépendent de la pensée. Même chère, ne vous privez pas d'une nourriture de bonne qualité car elle apportera plus à votre organisme que celle que vous mangez sans grande envie. Il n'est pas question de ne rien manger mais de savoir plutôt quoi et comment manger. Assouvir sa faim n'est pas suffisant, savoir de quoi on a besoin est d'une importance majeure. En conséquence, l'homme spirituel doit manger la meilleure nourriture et ne jamais manger outre mesure. Si vous respectiez ces deux règles, vous auriez une excellente vie. L'homme peut développer sa faculté de discerner les meilleurs aliments pour lui. Chaque organisme a besoin d'une nourriture spécifique et si vous savez la reconnaître, vous pouvez apporter beaucoup à votre évolution physique, mentale, émotionnelle et spirituelle.

La capacité de reconnaître si pour lui une nourriture est bonne ou non permet à l'homme d'intégrer les lois du monde physique et les lois spirituelles en rapport avec sa vie intérieure. L'homme sur le chemin de l'évolution choisit et mange des aliments qui l'aident à développer certaines qualités, vertus et talents. Par exemple l'intellectuel mangera davantage de fruits indispensables pour le développement et le renforcement de son intelligence.

À ceux qui veulent devenir beaux, raffinés, délicats, je dis de manger les meilleures pommes! Pour l'évolution de l'intelligence et de la raison, il faut manger des poires bien formées, pas tellement rondes, d'une belle couleur jaune-rosé, à la chair épaisse. Celui qui veut améliorer le fonctionnement de ses reins doit manger des haricots blancs. Pour les yeux, mangez des lentilles, mais je ne parle pas des yeux déjà malades.

Les lundis choisissez de manger des aliments qui développent l'imagination, les mardis ceux qui donnent de l'énergie, les mercredis des aliments qui favorisent le développement de l'intelligence, les jeudis ceux qui renforcent la foi et entretiennent la bienveillance et la dignité.

Une nourriture mal choisie est la cause de l'accumulation de surplus dans les muscles. La beauté est basée sur la texture des tissus musculaires dont la composition harmonieuse, avec une bonne plasticité, donne une bonne expression au corps et au visage.

Un visage est beau quand Dieu a «posé sa plume» sur lui, il est laid quand il est raturé par l'homme.

Selon les jours de la semaine, les parents doivent savoir quelle nourriture donner à leurs enfants, car la nourriture crée l'homme. Si vous donnez une nourriture grossière aux plus cultivés des hommes, leur vie se transformera. Pendant dix ans, donnez une nourriture raffinée et délicate à un homme fruste et vous constaterez qu'il changera son mode de vie. La Nature a créé et mis à disposition toutes sortes d'aliments et chacun peut choisir ceux qui lui conviennent, qui lui donnent les meilleurs résultats. Souvent on s'oriente par intuition. Par exemple on recommande comme boisson le jus de blé sans savoir ce qu'il contient ni même à qui le recommander. On peut consommer les aliments dont les énergies correspondent aux nôtres. Celui qui a une bonne disposition vis-à-vis du jus de blé ou de l'avoine ou du poireau peut les utiliser comme nourriture. Cet aspect est le côté intérieur de la nutrition.

Certains aliments sont liés au cerveau, d'autres aux poumons, d'autres encore à l'estomac. De quoi l'organisme a-t-il besoin? De l'aliment qui l'attire. Pour les animaux c'est pareil, mais comme eux n'ont pas besoin d'entretenir des activités intellectuelles, ils cherchent la nourriture qui leur donnera la force. La nourriture de l'homme doit être variée et en rapport avec ses besoins. L'uniformité et la monotonie sont dangereuses, la nourriture non variée aussi.

Pour entretenir la beauté de la vie, il est tout d'abord indispensable de consommer une nourriture bonne, saine et simple. Vous pouvez la trouver partout. La plupart des gens pensent que la bonne nourriture est chère. Non, les meilleurs aliments sont simples et bon marché.

Aux temps des croisades vivait un ermite. Il passa 40 ans de sa vie sur la souche d'un arbre en se nourrissant seulement une fois par semaine. Est-ce qu'il mangeait des steaks, du beurre ou des gâteaux? Les gens des environs se rendaient auprès de lui pour qu'il les guérisse. Cet homme-là avait compris la loi de la foi.

Il existe des aliments spécifiques au moyen desquels on peut rétablir la mémoire; il y en a d'autres qui peuvent aider à rétablir le sens de la beauté ou à développer le sens artistique, le sens de la poésie, de la musique, des sciences, etc. Mais pour arriver à reconnaître les aliments en mesure de restituer à l'homme ce qu'il a perdu, il faut tout d'abord développer les pensées et les sentiments adéquats. Quelles sont les idées en relation avec la cerise, la pomme, la prune ou la poire? Chaque fruit symbolise une pensée divine et si l'homme possède la connaissance des correspondances, il pourra utiliser les forces renfermées dans les fruits.

La lumière est la nourriture la plus appropriée pour l'homme mais pour le moment elle est encore très dense, on doit la diluer un peu. Les fruits, les plantes, tout cela est de la lumière condensée.

Une nourriture est bienfaisante si elle possède de la lumière, si elle apporte de la chaleur organique et si elle contient la force et la vie. Privée de lumière, elle ne permet pas le développement de l'intelligence; si elle manque de chaleur, le cœur ne peut pas bien se développer; si elle n'apporte pas assez de force, la volonté restera faible.

Chaque nourriture organique que vous consommez, quoique propre et saine, laisse dans l'organisme des résidus et des toxines. L'homme est devenu mortel depuis qu'il mange une nourriture organique car chaque créature organique se polarise en partie pure et en partie impure. Les bons aliments sont ceux qui se digèrent facilement et laissent peu de déchets.

Les douceurs rendent le caractère aimable. Chaque fruit, chaque aliment apportent à votre caractère la qualité des éléments qu'ils contiennent. Par exemple les pommes de terre vous rendent content, c'est pourquoi dans des conditions difficiles, l'homme doit manger des pommes de terre. Certains en mangent pendant des années sans connaître leur influence. Les

pommes rendent doux, indulgent, le visage acquiert de la fraîcheur. Pour devenir doux, mangez aussi du raisin. Les cerises apportent gaieté et joie.

Le blé, les poires, tous les fruits ont mûri au soleil et il n'y a pas de raison de les cuire. Mangez-les dans leur état naturel. Par contre ne les mangez pas trop mûrs. Par les fruits, la Nature nous donne une possibilité de transformation. Les enfants aiment les fruits, c'est pourquoi leur caractère et leurs états d'âme se transforment facilement.

L'influence des fruits sur nous est encore plus forte quand on les mange en connaissant leurs propriétés.

La nourriture que vous mangez doit être parfaitement fraîche, sinon elle produit des toxines qui détruisent l'organisme. Dans la peau du raisin, il y a beaucoup de vitamines que l'on obtient seulement à condition de les mastiquer beaucoup. Il est préférable de ne pas avaler les pépins.

Manger trop de miel dérange l'estomac. Ne pas en manger n'est pas bon non plus. Pour être gai et dynamique, mangez du miel.

L'huile d'olive retient une bonne quantité d'énergie solaire condensée. Cinq à six noix par jour suffisent comme apport de graisse. Des noisettes, des amandes, des noix, voilà les bonnes graisses! Abandonnez les huiles raffinées. Les graines de tournesol sont préférables à l'huile de tournesol. Prenez 150 g de ces graines, moulez-les; cela suffit largement comme apport de matière grasse pour la préparation de vos plats.

Le piment piquant s'utilise contre la fièvre mais pour l'homme en bonne santé il n'est pas recommandé, pas plus que les aliments trop acides ou trop sucrés.

Beaucoup se demandent quel est le sens de la vie. Certains disent que le sens de la vie est dans la nourriture. S'il en est ainsi, savent-ils ce que contiennent les aliments et pourquoi ils les utilisent? Quelqu'un a mangé une pomme sans connaître les éléments qu'elle contient, sous l'influence de quelle planète elle est. On doit même étudier cette question chaque année. Les pommes de l'année dernière n'ont pas la même composition ni les mêmes propriétés que celles de cette année parce qu'elles ne reçoivent pas les mêmes influences planétaires. Aujourd'hui tout cela ne vous intéresse pas car vous ne savez pas encore en tirer profit. Votre conscience est en train de se préparer à une meilleure connaissance des aliments que vous consommez, dans le but de mieux profiter de leurs propriétés dans l'avenir. Une force thérapeutique bien particulière est contenue dans chaque fruit.

Ce qui est bon pour l'adulte n'est pas forcément bon pour l'enfant. Le lait est bien pour l'enfant mais mauvais pour l'adulte qui, s'il en prend longtemps, dérangera son système digestif. Les soupes aussi dérangent l'estomac, elles diluent les sucs digestifs et, en plus, ne sont pas bonnes pour la voix. Dans mon menu, il n'y a pas de soupe. Il y a des pommes et de la nourriture solide pour que les dents travaillent.

La conservation des aliments indique une dégénérescence de l'humanité d'aujourd'hui. Elle produit des résidus tels qu'ils provoquent différentes maladies. Aussi longtemps que l'on conservera la nourriture, il y aura des maladies. La nouvelle culture ne permet pas l'utilisation des extraits ou essences de fruits. Tout doit être utilisé à l'état naturel, comme l'a créé la Nature.

Le pain doit être bien cuit mais pas trop. Les plats cuisinés doivent être cuits à feu doux. Après le début de la cuisson, le feu doit être doux et le temps de cuisson ne jamais dépasser une heure.

Des courgettes et des oignons frits, je n'en mange pas, des fromages non plus. Un peu de radis râpé avec de l'huile d'olive, du citron ou du vinaigre, un peu de pain, rien de plus. Vous pouvez manger de l'oignon mais comme pour les pommes, ne les coupez pas en petits morceaux. Ne faites pas des choses qui ne vous apportent rien. Même avec une nourriture plus riche, si vous n'avez pas d'amour rien ne vous profitera.

Saine est la nourriture dont l'homme retire longtemps après joie et bonne disposition. Si après avoir mangé vous ressentez une lourdeur et une mauvaise disposition, cela montre qu'elle n'était pas saine. Pour l'habitat c'est pareil. Bonne et hygiénique est l'habitation dans laquelle l'homme se sent bien et éprouve toujours de la joie.

Autrefois, les enfants aimaient beaucoup mâcher du mastic ou résine de lentisque. Ainsi, sans le savoir, ils nettoyaient leurs dents et les renforçaient car la mastication favorise l'afflux du sang vers les gencives.

Ne mélangez pas les aliments si vous voulez préserver votre santé! Mangez une chose et, après qu'elle soit digérée, vous pouvez en manger une autre. Selon moi, une bonne nourriture est digérée en une heure et vingt minutes. Chaque nourriture qui exige plus de temps pour être digérée devient nocive. Ne mélangez pas les produits alimentaires. Que ne mettez-vous pas dans votre estomac! Du riz, du beurre, de l'huile, des haricots, tout ce que vous avez sous la main. C'est un crime.

Ne mangez pas une nourriture trop chaude ou trop froide. Respectez ces règles afin d'être fort, vigoureux et bien disposé.

Il ne faut pas manger de produits laitiers avec des aliments végétaux. Si vous avez mangé de l'ail, les fruits ou les sucreries seront pris seulement trois heures plus tard. Je répète, ne mélangez pas les aliments. Ne mangez pas différentes sortes de fruits en même temps; un seul à la fois, et laissez passer au moins une heure avant d'en manger un autre.

Si vous utilisez du beurre, il faut qu'il soit pur et frais. L'extraction de l'huile de tournesol doit être faite au maximum un mois avant son utilisation pour ne pas produire des résidus qui dérangent l'estomac. Beaucoup se plaignent de l'huile de tournesol raffinée. Je peux vous donner une méthode d'épuration de l'huile. Mettez dans une casserole 2 litres d'eau et 1 litre d'huile que vous voulez raffiner. Portez à ébullition pendant 5 à 10 minutes. Ajoutez un demi-litre de vinaigre et laissez reposer en attendant que les éléments nocifs, les acides et les sels se déposent au fond de la casserole. Ensuite séparez tout doucement l'huile de l'eau. Ainsi vous aurez une huile plus pure. Vous pouvez aussi utiliser directement des graines de tournesol ou des noix et des noisettes. Les noix moulues ou une centaine de graines de tournesol peuvent très bien remplacer l'huile que vous mettez habituellement dans vos plats. Utilisées de cette manière, les matières grasses ne sont pas nocives.

Une nourriture trop liquide fait grossir facilement. Pour revenir à l'état normal, commencez par manger les aliments acides d'abord et les doux après. L'eau doit être apportée principalement par les produits alimentaires.

Lorsque vous changez de régime alimentaire et de mode de vie, observez-vous pour voir le résultat de ce changement. Si vous ne vous sentez pas mieux, il est préférable de revenir vers l'ancien mode de vie et de nutrition. Cherchez le régime qui vous apporte la joie et le plus de bien-être.

La force de la nourriture est dans sa qualité, non dans sa quantité, mais aussi dans la manière dont on l'utilise. Pour l'homme contemporain, manger peu est un des moyens de guérison. Le mode de vie et le régime alimentaire définissent la durée de sa vie et la maîtrise sur son corps. S'il vit inconsciemment, l'homme est condamné à un vieillissement prématuré.

Conformément au nouvel Enseignement, il est donné à l'homme de vivre 120 ans tout en restant indépendant et bien portant. L'excès de nourriture épuise l'organisme, la frugalité prolonge la vie. La manière de se nourrir ne doit pas laisser de grands déchets; ils doivent être microscopiques.

Chaque saturation épuise. Il est même préférable de ne jamais arriver à satiété. Laissez vide un tiers de votre estomac. C'est une règle importante pour l'hygiène de votre vie. On est saturé non seulement de nourriture mais aussi de connaissances.

Il existe une loi dans la Nature qui définit la quantité de nourriture nécessaire. Si l'homme contemporain la connaissait, il serait en bonne santé. Méfiez-vous des excès! Tous les excès apportent des malheurs et des problèmes dans la vie. En connaissant cela, ne vous permettez pas d'excès tant sur le plan physique que sur le plan affectif ou mental.

Plus l'homme mange, moins sa mémoire est bonne. L'estomac travaille beaucoup mais la mémoire diminue. Si l'intelligence se charge avec les choses inutiles, les inquiétudes ou les problèmes qui encombrent l'intellect affaiblissent aussi la mémoire. La Nature est généreuse mais intelligente et exigeante. Utilisez de préférence une nourriture végétarienne.

Si l'homme mange trop, il meurt. S'il jeûne trop, il meurt aussi. C'est pourquoi il faut consommer juste le nécessaire pour l'entretien de son organisme, sans produire beaucoup de déchets. Mangez modérément! Après quinze à vingt bouchées, arrêtez-vous! Si vous ne respectez pas cette règle, les saturations qui arriveront seront la cause de nombreux dérèglements de l'organisme. Quand on a trop mangé, il vaux mieux vomir ou utiliser un moyen pour se libérer que d'intoxiquer son sang par cet excès.

Il viendra un temps où vous aurez les conditions pour ne manger qu'une ou deux fois par semaine. C'est pourquoi il faut se préparer dès maintenant.

La femme porte des corsets pour être plus fine mais elle devrait plutôt savoir jeûner. Actuellement elle mange trois fois par jour. Qu'elle essaye de manger une à deux fois, et ainsi elle verra se développer des traits beaux et nobles.

Il existe des lois qui régulent la nutrition. Quelquefois vous n'avez pas envie de manger, alors ne mangez pas, attendez d'en avoir envie. Les animaux ne mangent pas quand ils sont mal disposés.

En mangeant quatre ou cinq fois par jour, vous grossissez et vous êtes essoufflé, votre intellect s'alourdit aussi. Il faut transformer la graisse en énergie. Avez-vous remarqué que les gens qui travaillent beaucoup intellectuellement ou qui ont des activités spirituelles ne sont jamais gros? Je vous dis ainsi : «L'homme vertueux mange une fois par jour, l'homme ordinaire mange deux fois par jour et ceux qui ressemblent à des animaux mangent tout le temps.» Vous demandez combien de fois manger par jour. Une fois!

La culture d'aujourd'hui souffre de surplus. Il y a des conserves, toutes sortes de farines, différents modes de conservation. Tout cela est un surplus que l'humanité paye très cher et payera bien davantage.

La Nature n'accepte pas les conserves. Les tomates ne doivent pas être frites ou cuites, enlevez seulement leurs pépins mais sans les cuire. Nos festins sont souvent un empêchement pour l'évolution d'autres entités. C'est pourquoi dans toutes les religions et dans la science ésotérique, on recommande toujours l'abstinence. Par abstinence, je ne veux pas dire le jeûne absolu, mais pas d'excès. Et du peu que vous mangez, remerciez toujours Dieu du plus profond de votre âme.

Si vous faites une recherche sur les hommes d'aujourd'hui, vous constaterez que le sang veineux prédomine, que les pores sont obstrués. En conséquence, il leur arrive de multiples maladies, des handicaps, malheurs et souffrances. La cause principale de tout cela, c'est une grande ignorance, l'absence de compréhension des lois de la Nature et l'excès de gourmandise. Tout le monde est pressé, surtout pour manger, c'est pourquoi la nourriture n'est pas bien digérée.

Le péché ne réside pas dans le fait de manger mais dans la démesure. Quand on surcharge l'estomac, les excès de nourriture restés non digérés dans l'estomac et dans les intestins commencent à fermenter et produisent des gaz nocifs. Le système digestif doit être gardé en bon état.

Une chose est vraie : tous les grands compositeurs, poètes, écrivains, scientifiques, créateurs d'œuvres sublimes sont des êtres reliés à l'Amour divin. De la nourriture physique ils reçoivent peu, car ils sont en possession d'une «clé», d'un moyen particulier leur permettant de se nourrir par les pores, directement de l'air.

Dans la Nature, midi c'est quand? Au summum de votre faim, quand vous recevez une impulsion pour manger. Le soleil se trouve alors au zénith. C'est le moment le plus propice pour se nourrir et pour une meilleure digestion.

Les aliments sains comme le blé, le riz, les pommes de terre n'ont pas besoin de sucre, ni de lait, ni de noix. L'homme qui mange une nourriture simple et saine, sans épices, aura-t-il du diabète? Les animaux dans la forêt ne souffrent pas de diabète! Et en plus du diabète, l'homme civilisé souffre de multiples autres maladies qui sont des actes d'accusation contre lui.

Il n'est pas permis au disciple de boire du vin, de la bière, de la limonade ou des alcools. Dans des cas extrêmes, il peut boire un peu de vin ou du moût de raisin pour réchauffer l'estomac.

Une force puissante est cachée dans la façon de recevoir la nourriture. Si vous savez comment établir un contact avec elle, comment la mastiquer, vous comprendrez quelle force elle contient.

Quand la femme cuisine, elle doit chanter. Si plusieurs femmes réunies pour cuisiner chantent en préparant le repas, celui-ci sera bon et bienfaisant. L'idée que je vous propose, c'est d'introduire des éléments divins dans tout ce que vous faites.

La future humanité consommera une meilleure nourriture, plus saine que celle d'aujourd'hui. L'utilisation des couteaux, des fourchettes, des récipients en métal disparaîtra; ils seront faits de matériaux plus nobles que ceux d'aujourd'hui. Il faut introduire dans l'organisme humain des éléments tels qu'ils augmenteront les vibrations de ses énergies nerveuses.

Il ne faut jamais accepter ne serait-ce qu'une bouchée de pain ou un grain de raisin de la part d'un criminel. Il vaut mieux les donner aux animaux que de les manger. Celui qui connaît la loi fait très attention à ce qu'il reçoit et de qui. Si vous portez des vêtements confectionnés par un criminel, vous risquez d'être contaminé. Voici une règle : ne permettez jamais à un malade de préparer votre nourriture. Celui qui pétrit, cuisine, coud doit être en bonne santé et de nature noble.

L'homme ne doit pas couper le pain avec un couteau. En général les fourchettes, les cuillères, les couteaux n'ont pas une bonne influence sur la santé ou bien ils doivent être en or ou en argent, mais pas en fer. Il en est de même pour les casseroles. Les assiettes doivent être en porcelaine fine. Les récipients en étain ne sont pas recommandés. Cela signifie que

l'homme doit introduire en lui de nouvelles qualités et vertus qui ont la stabilité et la noblesse de l'or ou de l'argent car stable est celui qui, dans les souffrances et difficultés les plus fortes, ne perd pas sa présence d'esprit.

La respiration

La respiration est la condition première dans l'acquisition des vertus et des talents. C'est après avoir appris à bien respirer que l'homme doit apprendre à bien se nourrir.

S'il y a de l'air, il existe une vie intellectuelle car l'air est lié à l'intelligence. Dans le monde physique, l'homme reçoit l'air par ses poumons mais il y a des personnes qui ont acquis une respiration intérieure par leur corps astral et mental.

Le cerveau emploie des matériaux faits de substances supérieures, plus subtiles, raffinées. Vous ne pouvez pas changer votre respiration sans changer vos pensées et vice versa. La respiration est la mesure par laquelle on peut définir le niveau d'évolution d'un homme. Celui qui sait bien respirer est capable de changer l'état de son système digestif et ainsi on peut dire que le système respiratoire devient le maître des forces inférieures. Sans cette maîtrise, le contrôle de l'estomac et la régularisation des forces liées au système respiratoire sont impossibles.

Il est dit dans les Écritures Saintes : «Il a insufflé dans ses narines un souffle de vie et l'homme est devenu une âme vivante!» Dieu vivifia l'homme en introduisant l'air par le nez et il fit de lui une âme vivante. Au sens figuré, l'âme se situe dans la poitrine, dans le système respiratoire. C'est pourquoi on dit que le plexus solaire est le siège de l'âme.

La bonne respiration ne dépend pas de la quantité d'air inspiré mais de la prolongation du temps de sa rétention. Il existe des adeptes, des initiés qui sont arrivés à retenir l'air pendant une demi-heure ou même une heure. Plus on peut retenir l'air longtemps, plus on peut voyager loin dans l'espace. Il viendra un jour où l'homme respirera non seulement par ses poumons mais par tout son corps. Toutes les cellules recevront de l'air extérieur, filtreront les impuretés et dirigeront seulement l'air absolument pur vers les poumons. Pour un tel homme, rien d'impossible n'existera!

Aux premiers jours du printemps, sortez vous promener chaque matin. Plus tôt vous sortez, mieux c'est. Respirez profondément. Avant d'entreprendre votre travail, purifiez d'abord votre «machine», réglez-la bien sinon elle peut vous surprendre désagréablement au moment le plus inattendu, et alors ce n'est pas une heure mais des dizaines d'heures qu'il vous faudra pour la remettre en état.

La respiration complète comprend la participation non seulement des poumons mais de la peau et de tout le corps. Chaque cellule doit respirer. L'organisme ne supporte aucune impureté, aucune substance étrangère et si malgré tout il ne peut pas les éliminer, c'est la maladie qui apparaîtra pour le libérer des surplus accumulés. La mœlle épinière possède la propriété de capter la nourriture de l'air et de la transmettre à tout l'organisme. Si une obstruction survient dans un des petits canaux de la colonne vertébrale, l'homme perd de sa vitalité.

Dans la vie, la respiration est un sujet essentiel. Elle s'effectue par le nez et les poumons, mais aussi par la peau; sept millions de pores participent au processus de respiration et s'ils se bouchent, l'homme meurt. En respirant, tenez votre tête et votre colonne vertébrale droites, perpendiculaires à la terre.

On peut observer que certaines personnes peuvent être en bonne santé sans pour autant être fortes. D'où provient la force humaine? Des poumons. Si quelqu'un ne respire pas bien, il ne peut pas être fort.

Être ou non un homme spirituel dépend du plexus solaire et de son fonctionnement; être un homme fort dépend du système respiratoire, du fonctionnement des poumons. L'estomac effectue des mouvements verticaux et horizontaux alors que les poumons se dilatent. Cela veut dire que la nourriture suscite un certain mouvement dans l'estomac, et l'air un autre dans les poumons. L'homme ne doit manger qu'après avoir ressenti un attrait pour la nourriture. Quand il se nourrit bien, il respire bien et s'il respire bien, il pense bien. Tel est le mécanisme de la pensée.

Dans l'air existe un élément d'immortalité. En réalité cet élément provient du soleil. Les humains possèdent des connaissances, ils apprennent beaucoup de choses mais ne savent pas tirer profit de cet élixir qui les traverse mais ne reste pas. Les Hindous, quoique connaisseurs de nombreuses méthodes de respiration, n'ont pas encore percé ce grand secret de la Nature.

Tout le monde respire mais chacun absorbe l'air différemment, c'est pourquoi les résultats sont différents. La plupart des gens respirent avec la partie supérieure des poumons. Cela s'appelle la respiration superficielle. Pour être en bonne santé, l'homme doit respirer profondément, avec la totalité de ses poumons. Plus profonde est la respiration, plus grande est la quantité d'énergie qui pénètre dans les poumons. Par l'air elle atteint toutes les cellules pulmonaires et aide à la bonne purification du sang.

Tout dépend de la bonne respiration qui sous-entend de pouvoir extraire toute l'énergie contenue dans l'air. Quand il n'a pas reçu suffisamment de nourriture par l'air, l'homme se sent faible, tourmenté, sans vie et sans forces.

En inspirant, pensez à l'Amour divin; en expirant, pensez à la Sagesse divine.

Dans la colonne vertébrale il existe trois canaux. Deux d'entre eux sont ouverts, un en rapport avec le haut du cerveau et l'autre avec le système nerveux sympathique. Chez l'homme contemporain, le troisième, le canal de la vérité est fermé et de là provient tout le mal. Quand il s'ouvrira, l'air entrera librement dans le cerveau, là où passent les deux autres courants. Ensuite ils passeront dans la partie frontale et dans la partie supérieure de la tête. C'est ainsi que l'homme acquerra une conscience cosmique. Son aspect physique changera et il disposera de forces nouvelles. Bien que l'homme soit évolué et grand dans beaucoup de domaines, il est pitoyable et impuissant dans d'autres. Un de ces deux canaux est plus développé chez la femme, et l'autre chez l'homme. Le troisième canal, le plus important, se développera chez les enfants. Le Nouveau qui germe aujourd'hui est notre enfant. D'ailleurs toutes les pensées supérieures qui nous arrivent sont nos enfants.

Les bonnes méthodes de respiration sont nombreuses mais il leur manque un élément essentiel, un élément qui dépend de la volonté. Depuis des milliers d'années, les Hindous s'occupent de la respiration comme d'une science. Ils ont même ouvert des écoles dans lesquelles ils ont obtenu des résultats, mais si bonnes soient-elles, ces méthodes ne conviennent pas aux Européens. Ces derniers n'ont pas cet état intérieur, cette spiritualité, cette vie intérieure, cette profondeur et ces rapports avec Dieu propres aux Hindous. Toutes ces qualités sont très importantes pour réaliser une respiration bonne et complète.

Je vous donnerai une méthode respiratoire : retenez l'air inspiré pendant 20 secondes environ en vous disant : «Seigneur, pour le grand bien que Tu me donnes, je suis prêt à accomplir Ta Volonté.» Ces paroles transportées par l'air partent dans l'espace où elles sont enregistrées. Ce que vous recevez de l'air s'adapte bien à votre organisme. Et les êtres de

l'autre monde, en vous entendant parler ainsi, ressentent aussi un grand bienfait. En même temps que vous, ils reçoivent et se nourrissent du bien contenu dans l'air. Prononcez cette formule non seulement une fois par jour mais chaque fois que vous faites des exercices respiratoires. La respiration accompagnée de formules vous libère de toutes vos oppressions.

De l'air, vous pouvez prendre ce qui vous est nécessaire, du calcium et même du beurre, tout ce que vous ne pouvez même pas imaginer, il suffit de savoir comment.

Vous ne pouvez pas bien respirer si votre pensée n'est pas active et pure. La pensée pure attire l'air pur. Cela vaut la peine que l'homme consacre toute sa vie à l'apprentissage de la respiration correcte. Les maladies, les souffrances, les échecs proviennent de la mauvaise respiration. Celui qui respire bien pense bien et lorsqu'il pense bien, toutes ses affaires s'arrangent. En tant que disciple, vous devriez être attentif à votre respiration. Celui qui respire comme il faut chante bien. Par le chant, vous vous liez à la Nature d'où vous puisez des forces vivantes, vous développez les organes récepteurs de l'air et de l'énergie vitale. En parlant on reçoit aussi l'énergie vitale de l'air. Le chant et la parole sont reliés à la pensée.

La longueur de la vie dépend de la pensée et des sentiments. La respiration correcte et profonde prolonge la vie. Savoir bien respirer aide à la formation du caractère, renforce la lumière de l'intellect et rend le visage beau. Les rides sur le visage et les mains sont dues à la mauvaise respiration et au dérangement du foie.

Chaque inspiration a pour but de régulariser et purifier les sentiments, et chaque expiration est liée à la purification des pensées. Le sang pur est une condition préalable pour avoir un corps sain, et un corps sain est la condition pour une bonne distribution des énergies dans l'organisme. Les poumons représentent un tamis par lequel se purifient la vie intellectuelle et la vie émotionnelle.

Retenez ceci : la respiration courante comprend dix à douze respirations par minute mais quand vous pratiquez des exercices, faites quatre respirations en une minute. Commencez par quatre et progressivement, arrivez à une respiration-expiration par minute. Si vous en étiez capable, vous auriez beaucoup acquis.

L'homme en bonne santé fait dix respirations par minute. S'il augmente le nombre des respirations jusqu'à vingt par minute, il le paye cher et on ne peut pas dire que sa vie soit bonne.

Il existe des rapports entre la mauvaise mémoire et la respiration. Quand la respiration est superficielle et faible, quand on respire mal, très peu de prâna arrive au cerveau.

La possibilité de concentration de la pensée et la force de la mémoire dépendent avant tout de la respiration profonde. L'homme doit aimer pour que dans l'avenir ses organes respiratoires, récepteurs de l'air et de l'éther, se développent bien. L'amour organise, améliore la structure de son double éthérique. La patience est aussi liée à la respiration. Mieux on respire, plus on devient patient. Pratiquez la respiration profonde et retenez l'air dix, vingt, trente secondes et plus. Ainsi votre patience augmentera proportionnellement au temps de la rétention. Si quelqu'un pratique pendant un an ou deux la respiration profonde, il acquerra certaines possibilités, certains dons et talents, deviendra plus patient, plus raisonnable, développera son imagination et obtiendra une grande paix intérieure.

Vous voulez renforcer votre volonté? Respirez lentement. Celui qui respire vite a une volonté faible. Quand vous respirez, faites participer votre volonté afin de diminuer le nombre de respirations par minute : de vingt, passez à dix-neuf, dix-huit, dix-sept, seize, etc. Quand vous arriverez à dix respirations par minute, ceci se reflétera d'une manière bénéfique sur votre organisme et vous pourrez aisément faire face à toutes vos difficultés et contradictions.

L'homme ordinaire effectue vingt respirations par minute, l'homme de talent dix, l'homme de génie quatre et le saint fait une respiration par minute.

L’eau

L'élixir de la nouvelle vie c’est l'eau chaude. Pour être en bonne santé, l'homme doit utiliser une quantité suffisante d'eau. D'une part elle est indispensable pour humidifier la nourriture, et d'autre part pour laver les organes intérieurs. Aucune réaction biochimique ne peut se réaliser sans eau. L'eau contient de la force vitale indispensable à l'organisme. Tous les sirops, quoique très bons, sont des inventions humaines incapables de désaltérer. Si vous savez utiliser l'eau bouillante, vous serez capable d'introduire en vous des éléments tels que 90 % des crises qui désagrègent la société contemporaine disparaîtront.

Si toutefois vous buvez de l'eau froide, il est nécessaire de garder votre conscience éveillée car beaucoup de maladies proviennent de l'absorption rapide d'eau froide. Vous passerez plus de temps à réparer les conséquences négatives et à guérir les maladies occasionnées par votre précipitation que si vous aviez pris une ou deux minutes de plus à boire votre eau. Votre pensée et votre conscience doivent participer afin de pouvoir apprécier les qualités de l'eau dans sa température du moment.

Boire de l’eau et se laver doivent devenir des actes sacrés. Quand vous entrez en contact avec l’eau, procédez lentement avec concentration, en faisant participer la pensée et en prononçant des formules. Recherchez les lieux où se trouvent les sources les plus pures et rapportez de cette eau chez vous.

Après avoir bu du chaud, ne buvez jamais du froid. La Nature n'aime pas les changements brutaux. Que vont apporter ces variations de température sur l'émail de vos dents? Elles vont se gâter.

Chaque jour, buvez à jeun 150 millilitres d’eau chaude à petites gorgées, puis dans la journée de un demi-litre à un litre d’eau chaude au minimum pour apporter des éléments nutritifs à vos artères. Ne buvez jamais d'eau glacée car elle contracte excessivement les capillaires de la gorge et de l'estomac. L'eau qui contient des mélanges organiques agit négativement sur l'organisme. L'eau distillée améliore l'état de santé.

Prendre des bains n'est pas seulement un plaisir mais une nécessité pour l'organisme. Les bains contribuent à ouvrir les pores de la peau qui participent au bon fonctionnement de la respiration et la nutrition, mais il ne faut pas rester dans l'eau plus de 5 à 15 minutes.

Les cataplasmes froids et les douches froides sont valables pour les personnes résistantes qui ont une très bonne circulation sanguine. Certains prennent des bains chauds puis après entrent dans l'eau froide et se demandent pourquoi leur état se dégrade. Les changements brutaux de température sont néfastes pour l'organisme humain.

Quelqu'un dit qu’il prend des bains froids pour s'aguerrir. Il croit peut-être se renforcer mais ces changements opèrent des réactions brusques qui ne font qu’endurcir son corps et lui apportent un surplus d’électricité qui sera difficile à transformer.

Néanmoins à propos des bains froids, je recommande à tous des bains de pluie principalement en mai, juin et au plus tard jusqu’à mi-juillet. Pendant ces mois, les gouttes de pluie sont particulièrement chargées en électricité et en magnétisme.

Si vous ne pouvez pas prendre des bains de pluie, c'est bien de vous baigner dans l'eau proche de la température du corps, 35° à 40° au maximum. C’est aussi la température des sources naturelles. Plus chaude, l’eau contient une force dilatatrice désagréable pour le corps.

Il est bon de s’exposer à la pluie, mais protégé par un vêtement léger, ainsi les gouttes de pluie libèrent une énergie spécifique très bénéfique pour l'organisme.

Quand on se lave, une partie de l'eau est absorbée par les pores de la peau. C'est pourquoi on doit laver souvent son visage pour y faire pénétrer l'eau et le magnétisme qu’elle contient. Mais pour cela l'eau doit être chaude. Il existe un rapport entre la pureté physique et la pureté spirituelle.

Pour obtenir une bonne respiration, ouvrez les pores de votre corps. Ceci est possible par l'utilisation de l'eau. La pleine respiration ne s’effectue pas seulement par les poumons mais aussi par la peau. Chaque cellule doit respirer. Celui qui arrive à ce niveau de respiration peut s'appeler «un homme sain».

Au moins deux fois par semaine, provoquez la transpiration (annexe 1-C) en buvant quelques tasses d'eau bien chaude. Il est bien d’y ajouter aussi un peu de jus de citron. Après avoir provoqué une bonne transpiration, frottez bien votre corps avec une serviette humide et mettez des vêtements secs. Puis buvez encore environ une tasse d'eau chaude. L'eau chaude pure aide à l'élimination de l'acide lactique accumulé dans les muscles après une longue marche. Elle aide à libérer le sang des acidités, de l'urée.

Lavez-vous les mains au moins trois fois par jour; lavez aussi plusieurs fois par jour les pieds, le visage, les aisselles et gardez la peau un peu humide pour donner la possibilité à l'organisme d'absorber l'humidité. Ceci vous donnera de la fraîcheur et du tonus. Ensuite essuyez-vous avec une serviette douce, remerciez Dieu et seulement après allez manger et travailler.

En été lavez-vous avec de l'eau réchauffée au soleil. Prenez au maximum deux à trois bains par semaine. Chaque jour vous pouvez vous laver partiellement, par exemple le visage, les mains, les pieds.

En promenade et en montagne, ne buvez jamais quand vous êtes fatigué et que vous avez transpiré. Si vous êtes près d'une source, arrêtez-vous auprès d'elle, attendez quinze à vingt minutes avant de vous abreuver.

Si le vin était indispensable à l'homme, la Nature l'aurait fourni. L'eau nettoie l'organisme mais le vin introduit des dépôts dont on doit se nettoyer pour donner la voie libre à l'énergie divine. Cette énergie entre par le cerveau et traverse le cœur et tout le corps. Une fois en circulation dans l’organisme humain, elle le reconstruit.

Les gouttes de rosée renferment de l'électricité et du magnétisme que vous pouvez utiliser. Sachant cela, ne secouez pas les gouttes de rosée, ni les gouttes de pluie de vos pieds et vos vêtements. Les gouttes pures de la rosée apportent des bénédictions. Celui dont l'odorat est très développé sent le parfum des gouttes de rosée.

Quand vous sortez en promenade ou en excursion, choisissez de boire des eaux de sources exposées au sud; elles sont remplies d'énergie créatrice très bénéfique. Par contre ne buvez jamais l’eau des sources exposées au nord car son énergie a une charge positive.

À partir de mai et jusqu’à la mi-juillet, chaque fois qu'il pleut exposez-vous à la pluie jusqu'à être trempé. Les employés peuvent profiter des heures où ils ne travaillent pas. Ces bains de pluie valent beaucoup plus que n'importe quelle eau thermale et minérale. Ils sont très bénéfiques pour le système nerveux et contre de nombreuses maladies chroniques. J'appelle les douches de pluie «bains des anges». Priez Dieu de vous purifier ainsi et remerciez pour la bénédiction du ciel qu’Il vous envoie. Les énergies contenues dans les gouttes de pluie permettent à celui qui sait les capter d’avoir accès à la substance recherchée par les

alchimistes. Lorsque vous prendrez de tels bains, vous verrez quel sommeil régénérateur vous aurez! Après un bain de pluie, essuyez votre corps avec une serviette propre et sèche, changez de vêtements et buvez une ou deux tasses d'eau chaude. Ne craignez pas de prendre froid, les mois de mai, juin, juillet sont pleins de vie.

Le soleil

L'homme doit se lever tôt le matin, sortir en plein air à la rencontre des premiers rayons du soleil qui contiennent une énergie particulière pour les organismes vivants. Celui qui s'expose au soleil l'après-midi ne reçoit rien.

Quel que soit votre état, bon ou mauvais, exposez votre dos au soleil, liez-vous à ses énergies et observez le résultat. À part cela, il faut savoir à quels moments de la journée les rayons solaires sont bienfaisants car il existe des heures où ils fatiguent l'homme et deviennent nocifs. Je recommande aux agriculteurs de porter des chapeaux multi-angulaires pour réfracter ces rayons dangereux.

Je ne reste jamais à l'ombre d'un arbre ou d'un homme. C'est une règle que vous pouvez expérimenter. Chaque rayon solaire qui atteint l'homme est absorbé par son organisme et il ressort en partie en lumière morte. L'ombre d'une fleur, d'un arbre ou d'une maison contient une sorte de lumière dite «lumière morte». Par conséquent, soyez attentif à vous tenir sous l'influence directe des rayons solaires et non sous les rayons indirects, c'est-à-dire les rayons de l'ombre. Ces règles peuvent être généralisées, expérimentées et transformées en savoir.

La pensée

Les pensées et les sentiments déterminent votre situation dans le monde : les amis, la place dans la société, l'état de santé, tout dépend de la pensée.

La pensée et le comportement déterminent la destinée et le mode de vie de l'homme : sera-t-il pauvre ou riche, malade ou en bonne santé, bienheureux ou malheureux? Si sa pensée n'est ni lumineuse ni juste, il ne peut pas espérer être en bonne santé.

Par la pensée, l'homme fait la synthèse de trois sortes d'énergie avec lesquelles il bâtit son corps mental. C'est précisément ce corps mental qu'il emporte avec lui dans l'autre monde. Le corps mental est le contenant de l'immortalité.

La force de l'homme se trouve dans sa pensée qui le nourrit comme le pain. Si ses pensées ne sont pas saines, quoi qu'il mange, il périclitera. Celui qui vit conformément aux lois de l'amour, de la foi et de l'espérance sera en bonne santé et plein de joie, même s'il ne mange que des croûtons de pain. La Parole divine est le pain vivant dont parle le Christ. Elle est l'énergie divine condensée.

Ce à quoi l'homme pense en permanence se réalisera. Ce qu'il nie en permanence lui arrivera aussi. Si vous pensez que vous devenez riche, vous vous enrichirez. Si vous pensez que vous allez être dans le pétrin, cela se produira. Si vous pensez que vous allez être malade, la maladie arrivera.

L'homme ne crée pas les pensées, il les reçoit seulement et les transmet. Les pensées qui passent par l'intellect proviennent d'êtres intelligents du monde mental. Elles remplissent tout l'espace et chaque être humain reçoit seulement celles qui sont à l'unisson avec son «appareil mental».

N'allez pas imaginer que quelqu'un puisse créer une pensée par lui-même : vous attirez à vous une pensée harmonieuse des êtres supérieurs. En ce qui concerne les sentiments, c'est

pareil. La pensée divine se transmet par la lumière, l'air, la terre, les plantes, les pierres. Ceux qui comprennent les lois sont capables de puiser de partout.

Telles sont vos pensées, telles sont les entités qui vous habitent.

Une pensée lumineuse, noble, désintéressée, répétée souvent avec sincérité, apporte des bonnes choses. La Nature récompense chaque bonne parole, chaque bonne pensée adressée à quelqu'un. Ainsi vous pouvez vous aider en cas de maladie et de difficulté. Même en bonne santé, celui qui pense à la maladie l'attire. Faites le contraire. Pensez à la santé pour l'attirer et pour vous renforcer. Celui qui est intelligent, raisonnable, bon, est en mesure de combattre les maladies.

Il n'existe aucun organe du corps humain qui ne soit gouverné par une sorte de pensées ou de sentiments spécifiques. Sachant cette vérité, gardez votre intellect et votre cœur en parfait état pour qu'ils soient aptes à percevoir le mieux possible les pensées et les sentiments provenant du monde supérieur.

Pour que votre cerveau soit en parfait état, préservez-vous des pensées contradictoires. Pour que votre plexus solaire soit en bon état, n'admettez jamais de sentiments négatifs dans votre cœur. Certaines pensées humaines sont très électriques et provoquent dans le système nerveux de grandes explosions qui détruisent peu à peu l'organisme. Gardez-vous de telles pensées!

La pensée peut produire des miracles. Les grands blocs qui ont servi à construire les pyramides d'Égypte ont été déplacés par une pensée puissante. Par votre pensée, vous pouvez secourir des milliers de personnes.

Les pensées circulent et avant d'être réalisées par une seule personne, elles passent par une chaîne de 10 000, 20 000 personnes ou plus. Après être passées par de nombreux intellects et même après avoir voyagé dans le ciel, chaque pensée juste qui a traversé votre esprit retournera un jour vers vous avec toutes ses richesses. Si elle était erronée, elle reviendra aussi vers vous avec ses tares et, bien sûr, vous ressentirez toute sa pesanteur.

Une pensée projetée jaillit comme un courant et se meut dans l'espace dans un mouvement ondulatoire. Son intensité crée des formes magnifiques. Par la forme de leurs ondes, vous arriverez à connaître les pensées de vos amis.

Chaque pensée produit une couleur spécifique.

Une pensée erronée, injuste influence la circulation sanguine et, par là, l'activité de tous les organes. Celui dont la pensée est puissante peut même entrer en contact avec des malades du choléra et de la peste et cependant rester sain, alors que la peur engendre des maladies même en l'absence de bacilles.

Autour de la personne qui admet des pensées négatives dans son intellect, il se forme une aura chargée de forces négatives et contradictoires. C'est ainsi que se constituent des états lourds, et l'accumulation anormale d'énergie qui accompagne ces états devra trouver des moyens de transformation, car elle n'est pas de provenance divine. Aux pensées négatives, il faut immédiatement opposer des pensées lumineuses, pures, divines.

Certaines paroles produisent des ondes froides, d'autres produisent de la chaleur, d'autres encore de la lumière. Il existe des paroles qui produisent en nous de l'obscurité.

Entretenez votre cerveau et votre système nerveux sympathique en parfait état et préservez leur harmonie. Ainsi ils seront capables de guérir toutes les maladies. L'infiltration

d’une seule pensée négative entraîne des désordres, des maladies, des dérangements qui sont la cause de l'affaiblissement de la mémoire et de la confusion mentale.

Quand l'homme pense mal, le sang afflue dans le cervelet, siège des passions et des instincts. Ainsi il éveille l'activité sexuelle et la formation de sentiments anormaux. Les sentiments inférieurs comme l'amour personnel, ordinaire, ne nous apportent rien, ils mènent seulement vers une sorte d’enivrement causé par les esprits inférieurs.

La pensée impure provoque l'accroissement de gaz carbonique. Lorsqu'on augmente la pureté de sa pensée, on augmente aussi l'oxygène de l'organisme et le gaz carbonique diminue. Quand le cœur est pur, l'oxygène est abondant.

Dès qu’il se met à penser négativement, l'homme commence à étouffer et sa respiration devient irrégulière. Quand la conscience humaine est éveillée, aucune maladie ne peut attaquer l'homme car chaque élément étranger, chaque refroidissement est repoussé hors de son organisme. Préservez-vous non seulement de vos propres pensées et sentiments négatifs mais aussi de ceux des êtres qui vous entourent.

La loi dit que mener une vie sensée produit un sang pur. Au moment où quelqu'un introduit une pensée impure dans son intellect et un sentiment impur dans son cœur, le sang perd sa pureté, de même que chaque bouchée non accompagnée d'une bonne pensée apporte un poison à l'estomac. Chaque pensée négative attire des éléments empoisonnés qui introduisent des dissonances aussi bien dans l'homme que dans la Nature.

Comment faire face à vos états négatifs et ténébreux? Asseyez-vous calmement, détendez-vous pendant cinq à dix minutes, relâchez tous vos muscles jusqu'à ne plus ressentir de tension et commencez à penser à des choses belles. Imaginez des tableaux et des images magnifiques, jusqu'à vous sentir dans un bon état d'esprit.

Une mauvaise et une bonne pensée peuvent arriver à rétablir l’équilibre énergétique. En conséquence, si une mauvaise pensée s'installe dans votre esprit, ne vous torturez pas pour la chasser mais tout de suite, opposez-lui une bonne pensée. Si vous faites violence à une mauvaise pensée, celle-ci peut redoubler de force et causer encore plus de dégâts qu'à son début. Au mal et à la méchanceté répondez par le bien, comme indiqué par le verset de l'Évangile : «Ne vous opposez pas au mal.» Diversifiez vos pensées. Il n'existe rien de plus néfaste que la pensée répétitive et monotone. Elle est comme un marteau qui frappe au même endroit. L’élévation de la pensée dépend de l'homme. Donc si vous tombez dans un état monotone et somnolent, faites appel à un éventail de pensées qui vous apportera la diversité dont vous avez besoin. Il vaut mieux vous suggestionner et vous influencer vous-même que de vous laisser influencer et suggestionner par les autres. La suggestion est un moyen pour renforcer sa santé, pour développer ses dons et ses talents, pour améliorer sa mémoire, etc. Quelles que soient vos conditions de vie, gardez toujours dans votre esprit des pensées positives. C’est sur de telles pensées que vous pourrez baser votre travail.

Chaque mauvaise pensée est une dissonance. Corrigez-la immédiatement. La dissonance provient des gammes en dysharmonie, c'est-à-dire qui ne s'accordent pas entre elles. Remplacez tout de suite la mauvaise pensée par une pensée lumineuse et harmonieuse.

Vous devriez développer vos glandes. Quand vous éprouvez une difficulté, dirigez votre attention vers la glande de la gorge ou celle du plexus solaire et vous recevrez une réponse à vos problèmes. Méditez tous les jours pendant deux minutes sur les mots «amour» et «accord» et vous verrez les résultats! À chaque instant, aspirez à l'harmonie dans votre intellect, habituez-le à se concentrer. Actuellement votre intellect se laisse détourner de son objectif, mais si vous arriviez ne serait-ce qu’une ou deux minutes à un état d'harmonie et de paix

intérieure, il s’habituerait à se concentrer. Par la répétition de cet exercice, vos cellules, vos nerfs commenceront à s'entraîner et même si vous êtes sujet à une quelconque indisposition, un mal de tête, cela passera. Chaque guérison est une purification. Chaque purification est santé. Ce rétablissement de l'harmonie purifie tout en vous.

L'air, l'eau, le feu et la terre sont les quatre éléments essentiels qui composent les différentes catégories de matière dont l'homme est créé. Ces éléments contiennent l’intelligence et la vie. Si par ses pensées quelqu'un attire une certaine substance, il acquerra aussi des états et des dispositions en accord avec cette substance. En attirant la matière solide, un certain durcissement se produira en lui. Les gens s'inquiètent beaucoup de ce qu'ils deviendront en vieillissant et ils se demandent qui s’occupera d'eux. De cette manière ils attirent vers eux la matière dense, ils commencent à s'endurcir et souffrent d'artériosclérose. Cette maladie provient du manque de foi, de l'incrédulité.

Quand vous pensez, souvent vous pouvez remarquer des petits points lumineux brillants qui apparaissent tantôt à droite, tantôt à gauche et puis disparaissent. Si ces points lumineux se déplacent de gauche à droite, la pensée que vous êtes en train de capter est d'un degré élevé, elle est bénéfique et utile. Si les points lumineux vont de droite à gauche, la pensée est d'un degré inférieur, elle est inutile et peut être dangereuse pour vous.

Pour rester en bonne santé, liez-vous par la pensée avec des gens forts, bons, sains, exempts de faiblesses et de tares afin de recevoir une partie de leur énergie.

La musique

La musique est une puissance. Par la musicalité dans les sentiments, dans les pensées, dans les actes, tout est possible. Là où il y a participation de l’intellect, du cœur et de la volonté, la musique se manifeste comme une grande puissance.

Rien n’est accessible sans musique. Dans l’avenir, la musique doit s’inscrire comme une méthode scientifique établie, surtout dans l’éducation des enfants. C’est pourquoi il est dit dans la Bible : «Chantez et glorifiez le Seigneur dans vos cœurs!»

Il est impossible de penser juste si vous ne chantez pas, si vous ne faites pas de musique. Vous ne pouvez pas non plus ressentir véritablement si vous ne savez ni chanter ni jouer de la musique. Que l’on soit musicien ou non, c’est une autre question mais chacun doit posséder un sens musical bien développé. On peut dire que les musiciens possèdent en eux-mêmes une petite baguette magique, une force extraordinaire par laquelle beaucoup de choses deviennent possibles.

Par la musique, un travail s’accomplit à moindres frais; elle est le chemin le plus facile et on obtient de meilleurs résultats.

La musique est le meilleur conducteur des forces divines.

La musique en tant que «art des anges» représente un des maillons de la chaîne entre le monde angélique et le monde humain.

La musique est le rythme et la mesure de la vie : par elle, il est possible de modeler tous les organes. Vous pouvez modeler vos sourcils, votre nez, votre bouche, vos oreilles, vos cheveux, vous pouvez maîtriser votre estomac, savoir combien et comment recevoir la nourriture, et ainsi vous pouvez rendre votre vie saine et agréable.

De la tête aux pieds, l’homme doit devenir un être musical. Ses mains, ses jambes, ses yeux, ses mouvements, tout doit vibrer musicalement.

Une pensée harmonieuse est toujours bien reçue par les cellules du corps. Pour parler à votre corps, il vous faut adopter un langage musical. Ni le bien-être, ni la croissance du corps, ni l'évolution intellectuelle ne sont possibles sans la musique. Sans elle, le cœur ne bat pas comme il faut et le cerveau ne peut pas être bien structuré.

Dans la vie actuelle, les anxiétés, le stress ou les grandes amplitudes dans le changement de vos états qui vous font passer rapidement de la gaieté à la tristesse sont les conditions idéales pour la formation de résidus et de toxines. La musique est utilisée comme un moyen de transformation de ces toxines.

Quand la musique se répandra partout dans le monde, il n'y aura plus de maladies et même s'il y en a encore, les hommes sauront s'en libérer facilement.

Quand vous chantez, le monde divin s'ouvre devant vous et la Vie divine se déverse sur vous. C'est vous qui êtes perdant si vous ne chantez pas! Quoi qu'il arrive, chantez! L'homme nouveau doit toujours chanter.

Toute la musique classique, les mantras des Hindous ainsi que les psaumes et les cantiques des Européens, tous sont des liaisons pour transiter d'un monde à l'autre : monde physique, monde mental, monde spirituel.

La musique agit très bien sur la digestion. Essayez et vous le constaterez par vous-même. La bonne santé se reconnaît par la bonne disposition à chanter.

La gamme majeure correspond à l'intellect.

La gamme mineure correspond au cœur.

La gamme harmonique correspond à la volonté.

L'homme a été créé par la musique et maintenant, vous devez retourner en arrière pour retrouver la source d'où vous avez été créé. Le Seigneur a mis en place chaque son dans votre corps. Alors vous devez commencer à chanter, à penser, à sentir comme Dieu vous a créé afin de pouvoir entendre le chant des fleurs, c'est-à-dire leur parfum, et le chant des étoiles qui est la musique de l'univers. Maintenant on comprend seulement la musique statique, définie. Mais le chant des fleurs n'est pas soumis aux règles de cette musique, pas plus que la musique des eaux, des étoiles, des anges. Leur chant n'est pas comme le nôtre. Il faut dire que nos oreilles ne sont pas encore adaptées à cette musique que vous entendrez dans l'avenir.

Quand un homme possède la musique en lui, il possède la capacité de penser bien, de ressentir juste. Les pensées et les sentiments justes représentent une bonne combinaison des sons musicaux, une composition harmonieuse.

Dans l'avenir, on écrira sur six portées et plus car il existe une musique que l'on ne peut pas écrire sur les cinq portées utilisées aujourd'hui.

Je vous parle beaucoup de la musique mais vous dites toujours : «Nous sommes déjà vieux, les chants, c'est pour les jeunes!» Comment est le chant des jeunes et comment est le chant des vieux? Celui qui est jeune exprime par son chant qu'il se tient debout, qu'il se redresse. Celui qui est vieux exprime qu'il est déjà courbé et la ligne courbe montre qu'il possède deux centres de gravité. Préservez votre jeunesse pour n'avoir toujours qu'un seul centre.

Si vous chantez à vos douleurs en vous concentrant, vous facilitez l'arrivée du sang et vous créez de bonnes conditions pour les guérir. Sans le chant, les capillaires se rétrécissent et la circulation sanguine est défectueuse. Les êtres humains qui ont des sentiments raffinés

possèdent la musique en eux-mêmes, ils sont capables de chanter et de jouer et leur évolution spirituelle est plus avancée.

L'univers est une composition musicale. Les sons sont liés aux planètes et aux corps célestes. Chaque planète possède son propre son. Tous les innombrables univers chantent sur des tonalités particulières. Tous les êtres lumineux, toutes les hiérarchies célestes chantent.

Sans la musique, il est exclu d'être heureux. Sans la musique, vous ne pouvez pas comprendre la science du Christ. Les chants des premiers chrétiens étaient simples et tristes car ils étaient persécutés et la musique ne leur était pas tellement accessible.

Dans la Nature il existe des entités qui ne permettent pas le chant et les Bulgares croient qu'une personne âgée ne doit pas chanter. Dans les chants que je vous ai donnés sont introduits les mantras provenant de la plus haute Antiquité. Si vous les chantez comme il faut, vous en profiterez. Ils sont créés conformément à la musique de l'avenir. Ce sont des chants qui ne meurent pas. Croyez-vous qu'ils ont été composés aujourd'hui?

Adressez un chant au Seigneur! Si vous n'avez pas bien chanté, ne soyez pas troublé. En passant par les anges, ce chant sera corrigé et transmis au Seigneur dans sa perfection. Ainsi il reviendra vers vous sous forme de la meilleure symphonie.

Quand un frère ou une sœur vous prie de lui chanter quelque chose, ne refusez pas mais chantez autant qu'il veut. Ne dites jamais que vous allez abîmer votre voix. Dans le domaine de la musique il faut être généreux et prêt à toujours donner. Si vous chantez, vous recevez. Celui qui chante acquiert. Dans le monde angélique il n'existe pas d'anges déchus parmi ceux qui chantent, mais ceux qui tombent sont les anges qui se sont arrêtés de chanter.

Dans le monde invisible toutes les notes de musique sont des êtres vivants. Le «do» est le son spécifique d'une certaine catégorie d'êtres, le «ré» est le son d'une autre catégorie et ainsi de suite. Quand nous chantons la gamme, nous sommes en liaison avec ces êtres, nous les attirons et échangeons avec eux. Le cœur et l'intellect sont la base des lois musicales. Si nous arrivions à les faire travailler simultanément, en accord, nous arriverions à ce que Dieu attend de nous. Ainsi quand une multitude d'êtres chantent ensemble, leurs pensées prennent une bonne et juste direction. Il est très difficile pour chaque personne d'être seule dans ses pensées, mais si elle chante, soyez assuré que les génies de la musique viendront à son aide orienter sa pensée pour l'accomplissement de son travail. C'est uniquement de cette manière que le monde d'aujourd'hui pourrait se libérer de ses difficultés. Quand les humains commenceront à chanter, ils arrêteront d'avoir une pensée injuste, dissonante.

Le sommeil

Savoir quand se coucher et quand se lever est un facteur de bonne santé. Si on se couche tôt, au bon moment, le corps se repose et l'esprit part pour étudier.

Sur terre, alors que la nutrition est un processus physique, que le travail est lié à la vie intellectuelle, le sommeil, lui, est un processus physiologique et astral.

C'est seulement pendant le sommeil que l'homme récupère ses énergies. Par la nutrition il les mobilise, et par le travail il les utilise.

Un jour viendra où l'homme pourra se passer de sommeil.

Le sommeil est un repos véritable, réservé seulement aux hommes et aux femmes sur lesquels travaillent des êtres intelligents du monde invisible. C'est de cette manière que la conscience s'élève. Pour s'élever à un niveau de conscience supérieur, il faut que les humains

acquièrent un équilibre entre leur intellect et leur cœur. Quand cet équilibre s'installera, les processus physiologiques de l'organisme humain se feront correctement.

Le sommeil s'est imposé aux hommes comme une nécessité parce qu'ils ont transgressé certaines lois divines. Au commencement, le sommeil et la mort n'étaient pas prévus.

Plus on se couche tôt, mieux on se porte. Pourquoi? Ceux qui se couchent tôt absorbent tout le prâna accumulé dans l'atmosphère, c'est-à-dire l'énergie vitale. Ceux qui se couchent tard s'endorment difficilement, car pour eux il ne reste pas assez de prâna. Ne vous couchez pas plus tard que minuit. En général les heures favorables au coucher sont 20, 22 et 24 h.

Les hommes d'aujourd'hui s'attirent beaucoup de problèmes en dormant outre mesure. Ils ne se couchent pas à temps et ne se lèvent pas au bon moment. Savez-vous pourquoi vous n'arrivez pas à dormir? C'est très simple! À quelle heure se couchent les poules? Elles savent que, dès le coucher du soleil, de nombreux «trains partent pour l'autre monde» et que les communications sont facilitées mais plus tard, après 22, 23 ou 24 h, les trains deviennent rares, il faut les attendre. Montez dans les premiers trains, sinon vous n'arriverez pas à l'heure propice dans l'autre monde!

Les hommes d'aujourd'hui devraient se coucher au plus tard à 22 h et se lever au plus tard à 5 h. Celui qui veut vivre sainement, être bien portant devrait se coucher tôt et se lever tôt.

Le soir avant de vous coucher, prenez l'habitude de faire le bilan de votre journée et ne laissez pas travailler une mauvaise pensée dans votre esprit parce qu'elle entravera votre progrès et nuira aussi aux autres. Le mal s'accroît de façon mécanique, le bien de manière organique.

Avant de vous coucher, adressez-vous à Dieu dans ces termes : «Seigneur, je Te remercie pour la vie et tous les dons que Tu m'as accordés. Je Te remercie pour mes yeux, mes bras, mes jambes, mes oreilles, ma bouche, mon cœur, pour tout ce que Tu me donnes!» Remerciez, en effleurant chaque partie de votre corps puis allez vous coucher. Grâce à votre bouche et à votre langue, vous parlez et prononcez de douces paroles : remerciez-les! Vous avez un bon cerveau, des oreilles, des yeux à votre service, pour tout cela, remerciez!

Si vous ne savez pas comment bien dormir, vous ne serez pas en état d'étudier la science initiatique. Dormir signifie se mettre dans une disposition telle que, lorsque le double éthérique se sépare du corps physique, vous puissiez retrouver votre maître spirituel afin d'être instruit par lui. L'éloignement temporaire de l'esprit permet à l'organisme de se renouveler. Sans cette séparation, l'homme ne pourrait se reposer. Le sommeil est un repos, une régénération, une purification. Une fois l'esprit éloigné, des ouvriers arrivent pour faire le ménage du corps. À son retour il trouve le corps nettoyé, prêt à travailler. Il faut sortir du corps pour laisser vos serviteurs effectuer leur tâche. L'homme entre et sort de son corps et d'autres travaillent pour lui. Vous ne soupçonnez même pas combien ces êtres sont nombreux!

Pendant le sommeil, le double éthérique en voyage dans l'espace reste relié au corps physique par un petit fil seulement. Si vous réveillez quelqu'un brutalement, il est possible que son double ne réintègre pas son corps physique et reste enchevêtré avec d'autres doubles de l'espace. S'il ne sait pas comment se défaire de cette situation, il risque même de devenir fou.

Les hommes d'aujourd'hui sont malades parce qu'ils ne savent ni comment se nourrir, ni quand se coucher, ni à quelle heure se lever. Certains se lèvent à 4 h du matin. Cette heure ne convient pas car elle appartient à la planète terre; 2 h, l'heure de la lune, ne convient pas non

plus. Les bonnes heures sont minuit, 1, 3, 5 et 6 h. Certains dorment tard, jusqu'à 9 ou 10 h du matin et c'est extrêmement malsain.

Dormir après le lever du soleil, c'est comme se trouver sous le déferlement d'une cascade d'eau : tel est l'effet de l'énergie solaire sur le système nerveux. Il est dangereux aussi de dormir pendant la journée.

Les saints et les initiés dorment peu, une ou deux heures leur suffisent. Pour le moment sept heures de sommeil vous sont nécessaires. À condition de dormir profondément et d'une seule traite, cinq heures devraient vous suffire. Pour un homme évolué il n'est pas nécessaire de dormir plus de sept heures. Seulement trois heures de sommeil profond suffisent pour renouveler les forces d'une personne qui mène une vie saine. Ceci s'applique à ceux qui comprennent les lois de la Nature. Celui qui comprend son travail peut l'effectuer en trois heures, mais pour l'ignorant même douze heures sont insuffisantes.

Certaines personnes dorment huit à dix heures et elles pensent que c'est bénéfique pour elles. Moins de temps et plus de profondeur sont préférables. Le sommeil est une bénédiction pour celui qui sait quand, comment et combien de temps dormir. Respectez certaines règles concernant le sommeil pour en tirer profit.

Bien dormir signifie rester couché du même côté jusqu'au matin, sans se retourner d'un côté et de l'autre, sans ronfler, mais respirer à un rythme régulier et silencieusement. Le mieux serait de dormir sur le côté droit, moins bien sur le côté gauche, mal sur le dos et encore pire sur le ventre.

On peut dormir sur le côté droit mais aussi sur le côté gauche. Quand les énergies de la surface terrestre sont positives, il faut se coucher sur le côté gauche qui est négatif pour que les échanges entre les polarités positive et négative se fassent correctement. Quand les énergies à la surface de la terre sont négatives, on devrait se coucher sur le côté droit. Par conséquent, l'homme doit savoir quand les énergies de la terre sont positives ou négatives. En plus les énergies sur la surface terrestre ne sont pas pareilles partout. Dans l'avenir l'homme les connaîtra et s'accordera à elles.

Pour être en harmonie avec les courants cosmiques, orientez votre lit tête au nord ou à l'est.

Le bâillement montre que certaines forces et énergies dans l'organisme sont immobilisées. Il est un procédé naturel destiné à rétablir l'ordre des choses car avec chaque bâillement arrive un flux d'énergies nouvelles.

Ne vous couchez pas sur le dos à moins de rester éveillé et de garder votre intellect concentré. Ne vous endormez pas car dans cette position les forces vitales qui parcourent la colonne vertébrale ne circulent pas bien et les nerfs sont un peu compressés.

En vous couchant le soir, mettez toujours une chemise propre, ne gardez pas les vêtements de la journée imprégnés des influences et des impuretés de l'extérieur. Avant de vous endormir, entourez-vous mentalement d'une protection, ainsi que votre maison, votre lit, votre corps. C'est une règle qui nous vient des temps anciens où les gens pratiquaient ce rituel en chantant ou en disant des prières. Aujourd'hui, récitez au moins des formules comme par exemple : «Il n'y a pas d'amour comme l'Amour de Dieu, seul l'Amour de Dieu est amour!» ou «Seigneur, protège-moi dans Ta Lumière blanche et entoure mon corps d'un abri de cristal!»

En promenade dans les montagnes, pour vous reposer, allongez-vous mais ne vous endormez pas. Choisissez de préférence des versants exposés au sud ou à l'est qui accumulent davantage l'énergie très bénéfique de la couleur bleue.

Quand le disciple a commis une faute, il est bien qu'il dorme pendant quelque temps sur des lattes de pin, sans oreiller, pour s'imprégner des qualités du bois. Le pin donne une impulsion vers les hauteurs et en même temps adoucit le caractère.

Ceux qui s'exercent dans la pratique de la science initiatique se régénèrent et développent leur corps spirituel. Le soir, ils laissent leur corps physique et, avec leur corps spirituel, ils sortent de la zone terrestre pour une promenade dans les plans élevés. Là ils reçoivent des forces et des connaissances. Après ils retournent dans leur corps. C'est une méthode de repos qui peut s'utiliser aussi pendant la journée. Aujourd'hui les gens partent en vacances, en balades, mais s'ils connaissaient ce mode de régénération et le pratiquaient, ils seraient mieux. Allez aussi auprès d'un arbre, adossez-vous contre lui en essayant d'oublier votre corps. Partez en balade et au retour vous serez régénéré, rempli de forces nouvelles et en bonne santé.

L'habillement

Chaque vêtement est conducteur d'une énergie particulière. Alors il faut savoir de quelle énergie l'homme a besoin, à l'aide de quel vêtement il l'attirera à lui, quels sont les vêtements conducteurs de la lumière et de la chaleur et ceux qui ne le sont pas.

L'homme à l'intelligence éveillée porte de préférence des vêtements en matière végétale. Dans certains cas, les vêtements de laine sont aussi recommandés mais les meilleurs vêtements sont faits de lin et de coton.

Il vaut mieux confectionner les vêtements sans doublure. Si vous êtes en bonne santé et que vous portez un vêtement de laine, à la place de la doublure, entre le corps et le vêtement se forme une membrane qui ne laisse pas pénétrer le froid. Un vêtement même très fin, mais imprégné de magnétisme, tient chaud.

Les vêtements de lin sont les meilleurs conducteurs de l'électricité et du magnétisme. Dans les conditions actuelles les vêtements de laine sont les plus sains, ensuite ceux de coton, mais les meilleurs sont de chanvre et de lin.

Il vaut mieux éviter les chapeaux en fourrure et les chaussures en caoutchouc.

Quand vous êtes engagé dans une activité spirituelle, portez du lin ou du chanvre qui est très bien aussi. Les vêtements doivent être amples et légers pour permettre une bonne aération du corps et une libre circulation des courants électriques et magnétiques.

Faites aussi attention à vos chapeaux et à votre coiffure. Quand vous achetez un chapeau, veillez à ce que la forme soit arrondie, sans beaucoup de plis ni de fioritures, ni de cassures. Un chapeau aux formes angulaires influence mal le caractère et le rend difficile.

Il est impossible de capter des énergies supérieures en portant une fourrure ou une peau d'animal. À travers un chapeau en fourrure, il sera difficile au cerveau de bien percevoir les énergies nobles du monde supérieur. Ne portez jamais des vêtements neufs sur de vieux vêtements.

Portez des vêtements d'une seule couleur, clairs, évitez les bariolages. Vous pouvez porter des tissus rayés ou à pois, mais avec esthétisme et modestie.

Au stade du développement actuel de l'humanité, le mieux serait de porter des vêtements de couleur pastel, agréables, pour adoucir les sentiments et les passions. Beaucoup portent des cravates et des vêtements de couleur vive qui ne leur conviennent pas et qui agissent mal sur leur système nerveux.

Porter deux jours de suite le même vêtement est incompatible avec le nouvel Enseignement. Chaque jour on doit porter des vêtements de couleur différente mais unicolores, de préférence avec des manches longues. Les femmes porteront aussi davantage de robes longues.

En sachant que les vieux vêtements sont souvent imprégnés d'impuretés, de pensées, de sentiments et d'états négatifs, jetez-les, brûlez-les mais ne les donnez jamais aux pauvres.

Une règle : ne donnez pas vos vieux vêtements aux autres. Si vous voulez faire un cadeau, achetez-leur du neuf.

Si durant une maladie vous avez porté longtemps un vêtement, même s'il est beau et cher, jetez-le. L'homme malade doit s'habiller principalement dans des vêtements blancs. Celui qui est en bonne santé changera souvent les couleurs de ses vêtements pour mettre en mouvement des énergies vivifiantes.

Entre la chaussure et le pied, laissez un espace libre de ½ cm. Le talon ne doit pas dépasser 3 à 4 cm.

Dans l'avenir les chemises seront tricotées ou confectionnées avec des aiguilles en or. Les aiguilles de fer n'apportent pas au caractère des vibrations harmonieuses.

Les cheveux et la coiffure

Chaque cheveu est un conducteur de la lumière. Vous ne supposez même pas quelle relation les cheveux établissent avec les forces de la Nature! Voilà pourquoi vos cheveux doivent être toujours bien peignés et bien coiffés afin de permettre l'accès et la libre circulation des forces en vous.

Si vous êtes mal disposé, découragé ou que vos affaires ne marchent pas bien, n'allez pas d'une maison à l'autre pour vous plaindre, mais passez vos doigts dans vos cheveux d'avant en arrière. C'est un geste utile à faire au moins trois fois par jour.

Les cheveux courts retiennent l'électricité et les longs davantage le magnétisme. On peut les porter soit longs, soit courts. Si vous voulez développer votre intellect, dans certaines conditions, vous pouvez porter vos cheveux plus courts. Les cheveux longs, vigoureux, révèlent une bonne santé.

Les cheveux longs attirent à la fois l'énergie électrique et l'énergie magnétique. Celui qui coupe ses cheveux se prive de ces énergies. Je n'approuve pas une coupe trop courte. Il est bien que les cheveux atteignent au moins le bas des oreilles.

Si vous avez accumulé beaucoup de magnétisme, ce sera bien de vous couper les cheveux, ce sera même bénéfique pour votre santé car les cheveux courts apportent plus d'électricité à l'organisme.

Veillez à ce que vos cheveux soient attachés de temps en temps. De la manière dont vos cheveux sont coiffés, ils forment des angles qui reflètent différemment la lumière. Vous pensez sûrement que ce sont de tous petits détails mais sachez que la vie est tissée de petits détails.

Un conseil : quand vous peignez vos cheveux, ne jetez pas ceux qui tombent mais rassemblez-les dans un petit sac puis emportez-les à Vitocha (Ndt : Une montagne près de Sofia) et brûlez-les sur un rocher nu pour que les cendres se dispersent dans l'air et que les bonnes idées qui vous ont traversé fructifient.

La Nature a donné des cheveux en guise de parasol, ils réfractent la lumière qui arrive sur la tête et ainsi la rendent inoffensive. Les parasols vous priveront de l'action directe du soleil.

Il est bien de se mouiller souvent les cheveux avec l'eau pure des montagnes mais ne les lavez pas avec du savon qui contient des graisses animales. Portez sur vous un peigne pour vous coiffer de temps en temps. Si vous dirigez souvent votre pensée vers vos cheveux et plus précisément vers leurs racines, en l'espace d'une année vos cheveux se renforceront et pousseront bien. La chute des cheveux est due aux soucis et aussi au manque d'humidité dans l'organisme.

Quand vous vous lavez la tête, utilisez du savon pur et faites un seul savonnage. Sinon vous pouvez vous laver la tête plus souvent en utilisant tantôt de l'eau pure, tantôt de l'argile préalablement exposée au soleil, à laquelle vous ajoutez un peu de vinaigre et vous diluez le tout dans beaucoup d'eau. Appliquez plusieurs fois cette pâte sur vos cheveux en massant leurs racines, puis rincez-les à l'eau pure. Ainsi les cheveux deviennent doux et gardent leur magnétisme. La graisse est nécessaire aux cheveux mais si vous les lavez beaucoup ils deviennent secs, électriques; le cuir chevelu respire bien mais vous êtes privé de chaleur et l'activité du cerveau est moins bonne. Avec la perte du magnétisme la capacité de réflexion diminue. Ne portez pas de chapeau pour ne pas faire obstacle à l'aération de la tête.

Le matin en vous lavant, mouillez un peu vos cheveux avec de l'eau tiède ou froide, en fonction de la température du corps, et ensuite peignez-les. Si vous le pouvez, fabriquez vous-même votre shampooing avec des huiles de qualité et vous pourrez alors vous laver les cheveux plus souvent. Les savons d'aujourd'hui ne sont pas purs. Ils sont fabriqués à partir d'animaux morts. L'argile est préférable au savon. Ne lavez pas votre tête avec de l'eau trop chaude ou trop froide. Les pellicules disparaîtront si vous vivez une vie saine.

Les hommes deviennent irrités quand ils perdent leurs cheveux et, pour les faire repousser, essaient de multiples méthodes. Il serait bien pour eux d'apprendre à concentrer leur pensée en se coiffant et de prononcer des phrases, comme par exemple : «Seigneur, que mes cheveux poussent, que ma chevelure s'épaississe un peu!» Ils obtiendraient de meilleurs résultats. La chute des cheveux est due le plus souvent à l'anxiété, aux inquiétudes, aux peurs et aux perturbations.

Les cheveux blanchissent parfois à cause d'une grande accumulation de connaissances et de savoir, mais aussi souvent à la suite de grandes anxiétés. Les cheveux deviennent blancs soit à cause d'une grande stupidité, soit à cause d'une grande sagesse. Ils peuvent devenir blancs en 24 heures mais ils peuvent aussi reprendre leur couleur en 24 heures.

Pourquoi les cheveux poussent-ils et pourquoi tombent-ils? Quand la chaleur de l'organisme est grande les cheveux poussent; quand elle diminue les cheveux commencent à tomber. La perte du magnétisme entraîne la chute des cheveux. S'il y a un surplus de chaleur les cheveux frisent. Les hommes dont les cheveux sont durs et trop frisés sont opiniâtres.

Si vous vivez une vie paisible, calme et sereine, vos cheveux seront dans l'état où ils doivent être. Quand vous êtes mal disposé, caressez vos cheveux et tout de suite vous vous sentirez plus fort et apaisé. Toucher les cheveux d'un homme sain ou d'un initié apporte le calme car ils ont accumulé de l'énergie solaire. Si les pensées sont belles, les cheveux sont beaux aussi. Ayez de bonnes pensées pour améliorer vos cheveux.

La vie spirituelle

Pour éviter les maladies, l'homme doit se nourrir des fruits de l'esprit : l'amour, la paix, la joie, la patience, la douceur, la sobriété et la compassion. Sinon il se heurtera aux forces néfastes de la Nature et il vivra dans la haine, dans les soupçons, il souffrira et tombera malade. Quand il élève son niveau intellectuel et spirituel, il atteint aussi un bien-être physique. En sachant cela, travaillez sur vous-même pour acquérir la pureté intérieure de votre intellect, de votre cœur et de vos actions.

Remerciez pour tous les dons et tous les bienfaits qui vous sont accordés. Le mécontentement est une impureté spirituelle qui bouche les pores du corps humain. Libérez-vous-en! De même que l'eau nettoie les sept millions de pores par lesquels vous respirez, le remerciement nettoie l'âme.

Vous ne pouvez pas être en bonne santé, avoir de belles mains, de belles jambes, de bons yeux, un bon système nerveux si vous n'êtes pas bon. Soyez bon, donnez libre cours à l'amour en vous pour maintenir le bon état de votre cœur. Sinon, la fonction du cœur et la circulation sanguine seront entravés.

Si l'homme n'est pas intelligent en ce sens que sa pensée est faible, il attrape mal à la tête. À certains endroits du cerveau un surplus d'énergie inutilisée s'accumule, mais si cette énergie est mise au travail, le mal disparaît. Presque toutes les maladies découlent du manque d'amour. Il n'existe pas d'hygiène sans amour.

La force de l'homme ne repose pas dans ses muscles mais dans ce sentiment doux et délicat capable de développer toutes les autres forces. Dieu a fait le monde de telle manière que la Nature est obligée de se soumettre à l'amour, force tellement faible en apparence mais capable de régulariser la chaleur et la lumière de notre vie intérieure ainsi que l'action des forces dans l'organisme.

Si vous marchez sur le chemin de l'amour, de la sagesse et de la vérité, vous dominerez tout, la mort, la pauvreté, les maladies.

Beaucoup se plaignent du refroidissement des membres et cherchent le moyen d'y remédier. Plusieurs méthodes sont possibles : se laver les pieds dans l'eau chaude, effectuer des mouvements, faire des marches rapides, mais ce sont des méthodes extérieures. Pour se soigner, l'homme doit trouver la cause de son état maladif. Le refroidissement des membres provient de l'impureté du sang. Le sang impur produit de l'électricité et le sang pur du magnétisme. L'électricité produit du froid et le magnétisme de la chaleur. Par conséquent, pour éviter le refroidissement de vos mains et de vos pieds, vous devez apporter plus de chaleur à l'organisme. Cela est possible quand l'homme, en ouvrant la voie, donne accès au divin en lui et l'exprime. Ainsi il ne souffrira ni du froid, ni de la pauvreté, ni de maladies.

Le matin au lever, prononcez la formule : «Seigneur, bénis tout ce qui est en moi et en dehors de moi, que nous travaillions pour Ta Grandeur et Ta Gloire. Donne-nous la lumière pour comprendre Ta Volonté et L'accomplir!»

Les cellules qui habitent l'homme sont des êtres intelligents et raisonnables, imprégnés de connaissances, mais pour savoir comment les gérer, leur maître doit être aussi intelligent. Consciemment, elles se sont dépersonnalisées pour pouvoir entrer dans l'organisme humain. Leur but est de se sacrifier pour leur maître et de le faire grandir. L'homme est heureux de vivre lorsque ces êtres intelligents acceptent de collaborer avec lui pour son bien. Quand ils refusent leur collaboration, la vie devient un désert.

Dans l'École initiatique, personne n'est autorisé à corriger qui que ce soit. Pensez-vous avoir le droit de fermer les canaux d'où sortent toutes les impuretés? Non! De cette manière vous causez un plus grand malheur autour de vous. Une personne en colère est un canal, alors laissez-la évacuer toutes ses impuretés, laissez-la faire! Le fait qu'elle laisse exploser sa colère aide les autres parce qu'à travers elle s'évacuent beaucoup d'impuretés. Aujourd'hui elle est le canal, demain ce sera peut-être vous.

Si vous voulez être en bonne santé, apprenez à ignorer les mauvaises actions et les erreurs des autres. Fermez les yeux sur tout ce qui vous semble incorrect. Même si vous les voyez, ne les critiquez pas.

La prière élève les vibrations de l'aura et ainsi l'homme devient inaccessible aux influences négatives environnantes.

Nous recevons l'énergie du monde divin par la prière. La loi de la prière est la même que celle de la nutrition. Il n'existe pas de prières qui ne soient exaucées par Dieu et en plus au bon moment. Comme l'homme privé de nourriture ressent un manque, l'âme privée de la prière ressent elle aussi un manque.

En vous levant le matin, remerciez Dieu d'avoir tous vos membres bien en place ainsi que la tête, le cœur et le corps prêts à se mettre au travail. L'alpha et l'oméga, c'est de remercier.

Allez vers Dieu comme un enfant et adressez-vous à Lui : «Seigneur, donne-moi Ta bénédiction! Je Te remercie pour les dons que Tu m'accordes. Aide-moi à pouvoir élargir la liberté de mon âme, la force de mon esprit, la lumière de mon intellect et la bonté de mon cœur.»

La concentration de la pensée et la prière sont deux facteurs favorables pour se protéger des influences extérieures néfastes. Certains pensent que la prière est une méthode facile à appliquer; oui, mais tout dépend de la façon dont vous priez et dont vous vous concentrez. Si vous priez d'une manière mécanique, vous n'obtiendrez aucun résultat. Quand l'homme est protégé par la prière, il ne prend pas froid, rien ne l'agresse.

Je vous propose de dire ainsi le «Notre Père» : tout d'abord, remplissez vos poumons en remerciant le Seigneur pour l'air que vous recevez. Commencez à réciter mentalement : «Notre Père qui êtes aux Cieux…» À la fin de chaque phrase, prenez une nouvelle inspiration et observez combien il vous en faut pour dire le «Notre Père» en entier. Quand vous prononcez la prière, que ce soit le matin, à midi ou le soir avant le coucher du soleil, pensez à respirer. Vous direz que vous n'avez pas le temps. Comme vous voulez, mais ne soyez pas surpris si les médecins vous opèrent l'estomac, vous enlèvent un rein, les amygdales ou encore le colon ou bien une tumeur.

Les heures les plus propices pour la prière sont entre 21 et 24 h et de 3 à 4 h du matin.

Celui qui peut se lier au monde divin pourra profiter des énergies saines et bénéfiques de la Nature. Elles élèvent les vibrations, facteur de rajeunissement de l'organisme.

Le mensonge, la colère, l'hypocrisie, la méfiance contiennent une telle substance explosive qu'elle est capable de ruiner l'organisme. Les forces qu'elle dégage endurcissent l'homme et le font vieillir prématurément.

Chacun peut obtenir une parfaite santé à condition que ses pensées, ses sentiments, ses actes soient unifiés. Si une quelconque contradiction survient, vous pouvez par exemple prier ainsi : «Au Nom de Dieu, que toutes les contradictions et que tous les obstacles qui obstruent ma route et m'empêchent d'avancer se retirent!»

Le mensonge est un poison violent, plus fort encore qu'un poison absorbé. Il se transmet à la descendance par le sang et l'amène vers la dégénérescence. Quand il est content de sa vie, toujours bien disposé et reconnaissant, l'homme s'ouvre aux forces célestes et se ferme au mal. Quand il possède la foi et l'amour envers Dieu, il se lie au monde céleste d'où il reçoit tout ce qui est nécessaire à son développement.

Le fait d'étudier la Nature avec amour et de pouvoir se lier à la beauté de ses formes et de ses couleurs aide au bon fonctionnement des capillaires, favorise leur dilatation et leur contraction.

Les fortes pulsions instinctives sont liées au foie qu'elles influencent. Si vous ne contrôlez pas vos pulsions inférieures, vous surchargez votre foie ce qui entraîne un dérèglement de tous les autres systèmes.

Les disputes continuelles, les irritations, l'avarice, la vanité dérèglent le fonctionnement du foie. Une grande inquiétude intérieure, une forte déception bloquent le courant énergétique; un grand découragement peut anéantir l'homme. De tels sentiments négatifs lui apportent les pires maladies, dérèglent le fonctionnement de plusieurs organes, diminuent leurs vibrations, changent leurs processus chimiques et même leur structure anatomique. La pensée juste est la seule qui soit bénéfique. Une pensée pure et bien dirigée peut faire des miracles.

L'homme et son environnement

L'air, l'eau, la nourriture, la lumière et la chaleur sont des éléments dont se sert la science nouvelle pour répondre aux questions de la vie de façon complète. Celui qui comprend le pouvoir de ces éléments et sait les utiliser pourra retrouver sa santé en cinq minutes seulement.

Vous vivez près de la Nature mais vous ne savez pas en bénéficier. Pourquoi? Vous ne connaissez pas ses lois. Si vous voulez entrer en harmonie avec elle et puiser de ses richesses, commencez par apprendre son langage et pour arriver à le déchiffrer, étudiez les formes, le contenu et le sens de tout ce qui vous entoure.

Chacun, en fonction de son degré d'évolution, reçoit des richesses de la Nature.

Les humains doivent vivre selon l'ordre et les lois de la Nature. S'ils ne comprennent pas cela et ne l'appliquent pas de leur plein gré, la Nature les y obligera.

Le monde divin agit sur l'humanité par des moyens en provenance de trois sources : la nourriture qui vient du monde végétal; la lumière, la chaleur, le magnétisme et l'électricité contenus dans l'air; et les pensées et les sentiments qui proviennent du monde invisible. Ces trois principaux apports arrivent en permanence du monde divin et si vous leur faites obstacle, vous serez dans un état de grandes contradictions.

Une formidable énergie est enfermée dans les pierres, dans les mers, dans le cosmos tout entier mais l'homme, n'ayant pas encore développé toutes les possibilités de son cerveau, n'a pas encore appris à utiliser ces sources énergétiques extraordinaires.

Parler d'une vie saine, normale, signifie savoir dépenser correctement les énergies environnantes du monde extérieur et de la Nature qui est remplie de bon sens. L'homme sensé possède des moyens pour extraire les forces vivantes de ces différents milieux.

Ne pensez pas qu'il soit facile de maîtriser l'action des forces de la Nature sur les êtres vivants. Le contact avec une personne dont les énergies s'opposent aux vôtres dérègle votre équilibre, après quoi il faudra du temps pour vous rééquilibrer. Le choix de la personne chargée de confectionner vos vêtements n'est pas anodin. Choisissez un couturier dont les

énergies sont en affinité avec les vôtres. Autrement dit, cultivez l'amitié des personnes avec lesquelles vous êtes en harmonie et en affinité et ayez recours aux services des personnes qui vibrent en accord avec vous. Dans ce sens les oiseaux ont résolu le problème, ils ont développé l'art de confectionner leurs vêtements, de les peindre et de les arranger eux-mêmes. L'homme doit être attentif au choix de son cuisinier, de son couturier, ainsi qu'au choix de ses livres. Il est important de bien choisir les auteurs de ses livres, peu importe qu'ils soient scientifiques ou littéraires, pourvu que vous soyez sur la même longueur d'ondes que l'auteur.

Quand vous êtes trop proches les uns des autres, il se produit une interaction entre vos auras qui au lieu de vous aider vous limite. Gardez au moins un mètre de distance entre vous afin d'éviter l'interpénétration de vos auras. Quelquefois il suffit de 2 ou 3 millimètres pour que cela devienne insupportable. Les corps subtils sont trop sensibles, ils ressentent vite les vibrations opposées.

En dehors de la mauvaise odeur liée à la transpiration, parfois une autre émanation invisible faite de matière impure se dégage de l'homme, ce qui vous amène à dire : «Je ne sais pas pourquoi mais je ne peux pas supporter cette personne!» Parfois ce sont les yeux qui projettent une émanation désagréable.

Dieu a donné la bonne distance à respecter entre vous. La position naturelle et juste équivaut à la longueur du bras ou l'écartement entre deux personnes qui se serrent la main.

La bonne poignée de main ne nécessite pas un rapprochement inutile ni un serrement excessif, la pression sera légère et courte, le pouce relevé vers le haut et non pas replié vers le bas, le bras tendu mais souple. Ouvrez la main toute entière. Certains vous serrent la main en vous donnant seulement quelques doigts, c'est repoussant. Soit vous choisissez la poignée de main, soit rien du tout! Vous pourriez saluer en levant simplement la main. Dans ce cas-là, le bras sera replié au niveau du coude, la paume de la main entièrement dirigée vers votre ami et les doigts seront rapprochés.

Quand vous rencontrez quelqu'un dont les vibrations magnétiques et électriques sont alourdies par «la boue», cette pesanteur vous envahit et ce n'est pas facile de vous en libérer. Voilà comment arrive le mal de tête!

Les yeux de certaines personnes sont tels qu'un simple regard qui vous est lancé suffit pour que vous deveniez la victime de ce que l'on appelle «le mauvais œil». C'est un message du monde invisible que vous devez étudier pour connaître les forces qui agissent sur vous. Malheureusement vous étudiez seulement les résultats. Par exemple l'antipathie pour une personne est un résultat. Entre vous, gardez une distance d'un mètre au moins et ne vous rapprochez pas trop, je vous le rappelle. Appliquez cette règle, s'il vous plaît!

Les cimes des montagnes sont des centres dynamiques. Le réservoir de forces qu'elles représentent sera utilisé dans l'avenir. Les sommets des hautes montagnes sont reliés au centre du soleil. En même temps, elles sont des pompes qui absorbent toutes les impuretés. Par exemple, si vous êtes mal disposé et que vous grimpez au sommet d'une montagne, votre indisposition disparaîtra et vous vous sentirez rafraîchi et rechargé. Dans la vallée on se sent oppressé, tendu. Dès que vous grimpez sur la montagne, votre mal disparaît.

Les excursions sont bonnes à chaque occasion mais surtout entre le 14 janvier et le 14 juin parce que dans cette période de l'année, la Nature est chargée à profusion de prâna vital.

La Nature n'est pas seule à donner la force à l'homme. La vie est saine et normale quand les échanges d'énergie entre l'organisme et le monde extérieur sont bons. Il y a quelque chose en l'homme qui tend à commettre des erreurs, c'est pourquoi la Nature a introduit dans la

matière une qualité, celle de se transformer en permanence. Les scientifiques disent que le corps humain se transforme tous les sept ans. Au bout de la septième année, les systèmes osseux, musculaire, nerveux ainsi que la matière grise se régénèrent. Mais d'autres disent que selon la qualité de ses pensées et de ses sentiments, on peut se régénérer en trois mois. Un seul délit est suffisant pour souiller la matière du corps. Pour restructurer son corps, l'homme doit mener une vie pure comme la source qui jaillit continuellement et purifie tout sur son passage.

De la mi-mai jusqu'à la mi-juillet, si vous travaillez dans votre jardin tous les matins avant le lever du soleil, ne serait-ce qu'une demi-heure, vous serez en parfaite santé. À ce moment-là, il y a une énergie terrestre en provenance de l'hémisphère sud qui circule en se dirigeant vers l'hémisphère nord, pour ensuite retourner vers l'hémisphère sud. La croissance, l'éclosion des fleurs, la création des formes et des fruits dépendent d'elle. Les hommes souffrent de son insuffisance. Il est nécessaire à l'homme de faire des échanges avec les énergies de la terre. Les impuretés, la boue, les mauvaises herbes de l'organisme doivent descendre au centre de la terre afin que des forces nouvelles puissent remonter.

Certains disent qu'ils n'ont pas besoin de connaissances en biologie, physique, chimie, mathématique, psychologie, etc. C'est faux! Toutes les sciences vous sont utiles et vous devriez les étudier toutes, y compris l'électricité et le magnétisme parce que ces forces agissent sur votre organisme.

Les hommes d'aujourd'hui ont besoin d'une compréhension nouvelle au moyen de laquelle ils restructureront leur cerveau, leurs poumons, leur estomac ainsi que leur système musculaire. Tant que les organes ne sont pas restructurés, il est impossible de capter pleinement la lumière et les énergies solaires.

Plus la quantité de l'énergie solaire grandit en vous, plus grands seront votre douceur et votre magnétisme et alors, quelle que soit la maison où vous entrerez, tout le monde vous aimera.

Pour que votre cœur se porte bien, veillez au bon fonctionnement de votre cerveau et de votre plexus solaire où circulent les courants magnétiques et électriques de la Nature.

Les premiers rayons du soleil sont les plus bénéfiques. Dans le soleil il existe un grand transformateur qui envoie ses énergies sur la terre entière, mais chaque personne possède aussi un transformateur en particulier qui capte la lumière et la chaleur qui lui sont destinées.

Plus grandes sont les fenêtres d'une maison et plus on les ouvre souvent, plus la santé de ses habitants est bonne. Les fenêtres de votre maison devraient être grandes afin que la lumière y pénètre en abondance.

Dormez dans une chambre que vous aimez. Quand vous sortez du lit, descendez toujours du côté droit. Dormez sur le côté droit, la tête au nord ou à l'est. Mangez la nourriture que vous aimez et buvez de bonnes eaux, non calcaires. L'eau trop dure laisse beaucoup de dépôts.

Ne jetez pas n'importe où l'eau qui a servi à laver votre visage. Vous ferez peut-être du bien à l'endroit où vous déversez l'eau, mais vous ne vous ferez pas du bien à vous-même. Cette eau, jetez-la plutôt aux fleurs, aux arbres mais en aucun cas sur le passage des gens ou dans des lieux malsains. Respectez cette règle sans demander pourquoi et vous verrez une amélioration en vous.

Entrez en contact avec toute la Création divine, avec les fleurs et les arbres fruitiers. Pour être en bonne condition physique et pour dépasser les souffrances, cultivez des fleurs! Elles guérissent, vivifient, rajeunissent. Par exemple arroser et respirer le parfum des fleurs

rouges est bénéfique à l'homme nerveux. Plantez aussi des arbres fruitiers ainsi que des légumes afin de les étudier et de bénéficier de leurs forces cachées. Même malade, si vous aimez les plantes, vous guérirez plus vite. Les plantes régularisent le système nerveux. N'oubliez pas de communiquer avec elles.

Les forêts et les plantes sont des réserves de forces où l'homme peut puiser tout ce qui lui est nécessaire. Aimez-les afin de vous lier à elles et aux forces qui les habitent. Toutefois ne plantez pas d'arbre trop près de votre maison. Les végétaux ont un besoin naturel d'eau et, sans le vouloir, ils peuvent être la cause de problèmes. Par exemple si vous vous allongez sous un noyer ou sous un autre grand arbre et que vous vous endormez, vous verrez le résultat! Ils soutirent l'énergie vitale.

Il ne faut pas éviter le travail avec la terre. Dans chaque système religieux il est conseillé comme méthode de travail de labourer la terre et de cultiver des plantes. L'homme se guérit grâce aux plantes. En s'occupant d'elles il apprend à les connaître, à entrer en contact avec leurs forces magiques. Chacun devrait avoir dans son jardin quelques rangées d'ail, d'oignon, de persil, qu'il cultiverait avec soin et beaucoup d'amour.

Chaque plante, chaque fruit dont l'homme s'occupe introduit en lui ses qualités. Il est bénéfique, par exemple, d'avoir et d'entretenir un caoutchouc à la maison. Il ne donne pas de fruits mais crée une bonne atmosphère, apporte le calme et le bien-être. Il est bénéfique pour les intellectuels et apporte abondance et richesse. Si vous voulez devenir actif, dynamique, cultivez des cerisiers à cause de la couleur rouge de leurs fruits. Si vous voulez renforcer votre foie, cultivez des prunes violettes. Les plantes et les fruits sont porteurs de forces magiques et par eux, vous pouvez vous guérir.

En été, surtout au début du mois de mai, marchez pieds nus le plus longtemps possible pour être en contact avec l'électricité et le magnétisme terrestres. Ceux d'entre vous qui n'ont pas l'habitude de marcher pieds nus peuvent s'exercer quelque temps le matin après le lever du soleil. C'est très bon et je le recommande à tout le monde mais en dehors des villes. Les pieds sont comme des antennes par lesquelles on peut entrer en contact avec la terre et établir des échanges entre ses énergies et les courants énergétiques de notre corps. Cependant ces échanges ne sont pas recommandés à chaque instant. Certaines heures de la journée et certains jours de l'année sont très bénéfiques, mais il existe des jours et des heures où en aucune manière il ne faut marcher pieds nus.

De la façon de vous asseoir dépend votre avenir. La majorité d'entre vous change sans cesse la position de ses pieds ou de ses bras, soit vous croisez le pied gauche sur le pied droit et inversement, soit vous ne savez pas où mettre vos mains et vous vous tournez sans cesse en courbant ainsi la colonne vertébrale. Vous accordez peu d'importance à cela, mais moi je vous dis que la manière dont on s'assoit, dont on bouge, dont on se lève pour prendre congé, est d'une importance capitale. On peut définir le caractère d'un homme d'après sa façon de s'asseoir.

Pourquoi les branches de certains arbres se tordent-elles? Les propriétaires de jardins dans lesquels poussent des arbres pareils ont des pensées et des sentiments déviés. Ils projettent des ondes dysharmonieuses qui sont absorbées par l'éther des plantes et c'est ainsi que leurs branches se tordent. Pour les animaux, c'est pareil. Par exemple dans les montagnes et les forêts, la cruauté des fauves est renforcée par les pensées méchantes et cruelles des humains. Les animaux les reçoivent dans leur corps astral comme le papier buvard absorbe l'encre. C'est donc l'homme qui est responsable de tout cela.

Recevez la lumière, l'air, l'eau et la nourriture consciemment et avec amour afin d'en tirer avantage et d'obtenir de bons résultats. Si vous acceptez ces richesses mécaniquement, les

résultats seront faibles. En respirant, pensez qu'en plus de l'oxygène et de l'azote, l'air contient d'autres éléments qui apportent la vie. En buvant de l'eau, pensez qu'à part l'oxygène et l'hydrogène vous recevez d'autres choses vivifiantes. En somme, n'oubliez pas que chaque élément, chaque composant de l'air et de l'eau purs sont porteurs de vie.

Méfiez-vous des courants d'air et du vent trop fort. Certains vents et courants chauds sont dangereux parce qu'ils dessèchent le corps. Pour prendre des bains d'air, exposez-vous aux brises légères très agréables.

L'homme doit être propre à tous points de vue. Il est demandé à chacun la propreté dans son corps physique, dans son intellect et dans son cœur. Que ce soit dans la rue, dans la maison ou en montagne, partout il faut maintenir une propreté absolue. Celui qui maintient consciemment la propreté dans sa vie physique sera en mesure d'être propre dans son cœur et dans son intellect. Est-il possible de parler de haut idéal, de foi en Dieu si, dans le plan physique, la propreté la plus élémentaire n'est pas respectée? Pour que la vie et la santé des hommes s'améliorent, il est indispensable que tout le monde devienne pur extérieurement et intérieurement. La propreté et la pureté sont en mesure de conserver la bonne santé, de conserver l'énergie et ainsi de prolonger la vie.

Ne permettez à personne d'entrer chez vous avec des chaussures boueuses ou poussiéreuses. Avant de le faire entrer, demandez-lui de se déchausser pour ne pas introduire dans la maison des influences indésirables.

Sur terre, du fait de sa vie dans le plan physique, l'homme doit commencer par la propreté physique. Les vêtements, les chaussures, le corps doivent être parfaitement propres. On devrait se laver le visage, les mains dix fois par jour, les dents aussi mais ne pas les brosser excessivement car la brosse à dents risque de rayer leur émail. Il suffit de les laver à l'eau tiède avec un peu de dentifrice. Beaucoup de maladies sont causées par les microbes qui se développent dans la bouche et les dents. Si l'homme n'est pas prêt à maintenir la propreté de son corps, comment pourra-t-il maintenir sa pureté dans le plan spirituel?

Sans la propreté et la pureté, la santé est inaccessible. Chacune de vos cellules devrait être pure intérieurement et extérieurement car de la propreté de l'ensemble des cellules dépend l'état du corps entier. Dans l'avenir vos corps se modifieront.

Celui qui s'occupe des impuretés des autres se dégrade. Quand l'homme critique les fautes d'autrui, il arrive au stade d'attirer à lui les impuretés du monde astral. S'occuper exclusivement des erreurs des autres signifie se lier à eux et prendre en charge les conséquences de leurs égarements.

La pureté physique est une des conditions pour acquérir la pureté spirituelle. Elle est indispensable à la création d'une atmosphère favorable à la pensée. Par ailleurs, l'impureté mentale, les pensées négatives démagnétisent et polluent toujours la bonne atmosphère.

Le doute est une forme d'impureté qui pénètre le corps astral de l'homme. En conséquence il provoque l'envie, la jalousie et la convoitise. Celui qui veut se construire un nouveau corps doit veiller à la propreté et à la relation entre ses corps physique, astral et mental.

Quand on dit que l'homme doit être absolument pur, doté d'une grande moralité, on comprend par là que ce sont ces conditions favorables qui le protègent des microbes. La pureté est la protection contre les ennemis invisibles dissimulés qui introduisent dans l'organisme les poisons les plus forts. La nouvelle morale exige de tous une pureté absolue : propreté du corps, des organes internes et externes ainsi que pureté des pensées, des

sentiments et des actes. Mener une telle vie assure la pureté du sang et avoir du sang parfaitement pur vous protège de tous les microbes.

L'organisme de nos contemporains est contaminé par la viande, l'alcool, le vin, toutes sortes d'aliments et de drogues. En même temps, les corps spirituels sont contaminés par l'avarice, la rancune, la haine, la peur, les pensées destructives. Vous aimez quelqu'un mais à peine vous dit-il un mot de travers que déjà vous commencez à le haïr. Savez-vous quel terrible poison est la haine? Dans ce cas-là, c'est contre vous que le mal se retourne. L'orgueil aussi est un poison. Chaque mauvaise pensée, chaque mauvais sentiment attire respectivement des êtres des mondes inférieurs. Voilà pourquoi l'hygiène de l'intellect, du cœur, de l'âme et du corps est si importante.

Jésus a dit : «Garde la pureté de ton œil pour que tout ton corps soit pur.» La propreté, la sainteté et l'amour, c'est cela la vraie hygiène de l'âme. Arriver à les appliquer dans sa vie représente un état de bien-être tel qu'il permet à l'homme d'accomplir sa mission sur la terre.

N'allez pas chez les autres pour partager vos peines et vos soucis et vous soulager! N'apportez pas vos malheurs et vos déchets à vos proches! Ne les accablez pas de vos charges. N'utilisez pas les services des gens nerveux, pesants, quels que soient les travaux entrepris, couture, confection de chaussures ou construction d'une maison, etc. Ne permettez pas à une personne sèche et nerveuse de vous préparer la cuisine, adressez-vous plutôt à une personne épanouie, en bonne santé et gaie. Les gens trop secs n'ont pas la compréhension spirituelle élevée des mondes subtils pour la simple raison que la grande quantité d'acidité dans leur organisme provoque une hyperactivité, tandis que les personnes bien en chair sont de nature basique.

Évitez la proximité physique d'une personne malade ou d'une personne méchante. Si un homme bien portant pose sa main sur vous, il vous transmet quelque chose de positif. Il y a des personnes qui ne devraient pas se rapprocher les unes des autres, car certaines sont comme le fer qui peut chauffer jusqu'à 1000° et d'autres comme le bois qui va s'enflammer à côté. Pour éviter des ennuis, ne vous asseyez pas trop près les uns des autres, ni à côté de personnes qui ne vous aiment pas ou que vous n'aimez pas.

La qualité des pensées et des sentiments s'améliore grâce à la lecture des biographies de saints et de personnages exceptionnels.

Si vous êtes découragé, n'ayez pas peur : vous vous trouvez temporairement dans une région où des êtres vous accueillent en vous foudroyant de leurs pensées et de leurs sentiments dans le but de vous dévaliser. Ce sont des voleurs et des bandits qui veulent vous affaiblir. Alors maintenez votre vigilance pour être hors d'atteinte.

De même que l'avion ou l'automobile sont des moyens de transport d'un endroit à un autre, de même un chat, par exemple, peut vous servir de véhicule. Un être peut sortir ou entrer dans un chat comme vous entrez et sortez d'un véhicule. Les animaux sont des moyens de locomotion pour les âmes humaines un peu retardées dans leur évolution.

Protégez votre corps des brûlures, des frictions trop fortes avec des produits à base de pétrole, d'iode, ou d'autres médicaments trop agressifs.

Certaines personnes se sentant affaiblies et anémiques ont recours aux cosmétiques artificiels pour arranger leur apparence. Les femmes utilisent des rouges à lèvres et des poudres, mais ainsi leur peau se ride et au lieu de devenir belles, elles s'enlaidissent. Un cosmétique intérieur existe : les pensées et les sentiments purs et les actes nobles. D'ailleurs, il n'est pas nécessaire de savonner son visage plus d'une fois par mois. Le visage a la

propriété de se laver tout seul car de chaque cellule et de chaque pore s'écoulent des énergies électriques et magnétiques qui ont la capacité de nettoyer le visage.

Pour le disciple, les travaux physiques, intellectuels et spirituels doivent être tous pareillement sacrés. Pour un saint, il faut compter une heure de travail physique par jour, trois heures de travail pour le cœur et sept heures de travail intellectuel. Par contre, certains d'entre vous ne travaillent pas et comme résultat de l'inaction, voilà que commencent des malaises et des déformations de l'organisme. Vous commencez à ressentir des maux de tête, de ventre, de pieds, de bras. Il est bon d'avoir un jardin pour pouvoir vous libérer des énergies superflues. Si vous voulez être en bonne santé, travaillez la terre avec une pioche, ainsi vos énergies négatives entreront dans la terre.

Tout excès de nourriture dans les mondes physique, intellectuel et spirituel conduit à une saturation. Dans le travail, l'excès n'est pas permis non plus parce que la saturation conduit elle aussi aux états maladifs.

Une nourriture saine est nécessaire pour vous, pas de boissons alcoolisées ou de sirops mais seulement de l'eau, des vêtements parfaitement propres, des habitations avec de larges baies, de la lumière à profusion et tous les jours, au moins deux heures d'exercice physique. Que le beurre soit jeté et les marmites également! Une femme qui passe quatre, cinq heures à cuisiner, c'est un sacrilège! Est-ce cela la culture? Une heure suffit amplement pour préparer le repas. Le reste du temps sera consacré au travail spirituel : lecture, musique, peinture et tout ce qui peut ennoblir le cœur et l'âme.

Les hommes d'aujourd'hui ont commencé à devenir malades au moment où ils ont cessé de se promener dans la Nature. Nous vivons comme des prisonniers! Pensez-vous qu'un bâtiment de quatre, cinq ou six étages soit bénéfique pour la santé?

Prenons l'exemple de quelqu'un qui vit longtemps dans les montagnes. Il gagnera peut-être beaucoup mais il va aussi beaucoup perdre. Dans les hautes montagnes, sa vie sera plus dure et lui-même aussi deviendra plus rude, mais vivre longtemps dans la vallée n'est pas bon non plus. Il faut alterner, tantôt monter, tantôt descendre.

En montagne, marchez doucement, tranquillement, sans hâte. Arrêtez-vous tous les 100 mètres pour une courte pause en vous appuyant alternativement environ 30 secondes sur chaque jambe. Plus vous monterez haut, plus vous ralentirez votre marche. De cette manière vous vous habituerez aux forces de la Nature et bénéficierez au maximum de son contact.

Jetez vos lunettes noires! L'homme devrait regarder sans barrière devant les yeux. Que l'âme soit ouverte et libre et qu'elle se réjouisse de tout!

Les fleurs, les arbres, les vignes, les champs de blé ont une influence bénéfique sur l'être humain, c'est pourquoi je vous recommande de les visiter.

Les arbres sont purs, les fleurs sont pures. Si celles-ci sont touchées par des criminels, elles peuvent se dessécher et mourir. Derrière chaque fleur se tient un être intelligent, c'est pourquoi on ne doit pas cueillir les fleurs. Dans certains cas la cueillette est permise, par exemple pour faire un remède, mais alors demandez l'accord à cet être caché.

Si vous prenez soin des arbres fruitiers, ils introduiront en vous leurs qualités. L'homme aurait périclité depuis longtemps sans l'influence des prunes, des cerises, des poires et de tous les autres fruits. Les végétaux sont les enfants des anges et en prenant soin d'eux, vous établissez un contact avec des anges. Si vous prenez soin des animaux, vous prenez soin des chérubins et des séraphins.

Quand l'agriculteur laboure et moissonne son champ, qu'il ne prononce aucune parole négative mais qu'il chante et se réjouisse. Ainsi les grains de blé se rempliront d'énergie vivifiante. Il existe un pain qui guérit.

Si vous trouvez une chenille sur votre chemin, pourquoi lui marcher dessus? Son destin est d'être un jour un papillon, vous freinez son évolution et en arrêtant le processus de son développement, vous arrêtez aussi un peu le vôtre.

La santé est déterminée par l'hygiène dans les plans physique, émotionnel et mental. L'hygiène dans le plan physique exige que l'on sache comment se nourrir, comment boire de l'eau, respirer et dormir. L'homme qui se nourrit bien, respire bien et pense bien sera toujours bien portant. Celui qui est mécontent de la nourriture, qui ne respire pas bien, ne bouge pas et pense mal traversera toujours des périodes de maladies.

Pour avoir une bonne hygiène dans le plan physique, soyez attentif à trois choses : l'habitation, la nourriture, les vêtements.

Pour une bonne hygiène dans le plan spirituel, soyez attentif à trois autres éléments : les pensées, les sentiments et les actes.

Dans le monde, il existe des gens purs et sains desquels émane une telle force intérieure qu'elle nourrit autant que la nourriture physique. À part la nourriture solide, l'homme se nourrit d'air et de lumière. L'air est capté par les pores et pour les ouvrir, il doit jeûner et transpirer.

La Vie divine ne se trouve pas dans le jeûne, la torture du corps, la manipulation des pensées et des sentiments mais dans l'harmonie absolue. Mangez sans vous gaver; dormez bien mais levez-vous tôt, sans faire «la grasse matinée»; habillez-vous bien mais simplement et sans accessoires inutiles; vivez dans des maisons saines et lumineuses.

Pour l'instant les maisons les plus saines sont celles fabriquées en bois, viennent ensuite celles en briques, enfin celles en pierres. Une maison faite avec des arbres centenaires transmet à l'homme quelque chose de très précieux. Dans l'avenir les maisons les plus bénéfiques seront celles fabriquées en verre.

Une maison doit comporter au moins trois fenêtres : à l'est, au sud et à l'ouest, qui doivent mesurer au moins 1 mètre ½ de large pour laisser entrer beaucoup de lumière. Il est préférable que les maisons ne soient pas carrées, ni cubiques, mais à angles arrondis pour créer une atmosphère douce.

Qu'est-ce qu'une maison en pierre peut apporter à l'homme? Rien d'autre que malheurs et souffrances. Il lui faudra y vivre au moins 20 ans pour arriver à peine à transformer la vibration de sa matière. Il n'est pas facile de travailler la matière primitive afin de la rendre plus fine. Le corps est comme une maison, plus sa matière est travaillée et bien organisée, mieux l'homme se porte.

Si une nourriture est imprégnée par une mauvaise pensée projetée par la personne qui l'a préparée, vous la ressentirez et risquez d'être malade. Autrefois les gens connaissaient ces secrets de la Nature et refusaient de manger un pain pétri par de méchantes personnes, car ils savaient que quelque chose de nocif était introduit dans le pain. Il en va de même pour les cadeaux. Si un cadeau ne vous plaît pas et que votre cœur le refuse, ne l'acceptez pas.

J'observe que parfois des gens évitent certaines rues et même s'ils doivent faire un détour, ils préfèrent passer par d'autres chemins plus agréables. Peut-être qu'inconsciemment, ils ressentent que les courants telluriques ne correspondent pas aux vibrations de leur organisme, ou alors ce sont les pensées des habitants qui ne sont pas en affinité avec les leurs.

De toute façon, il y a quelque chose. Ce n'est pas une superstition mais une mise en garde. Si vous appreniez à écouter votre radio intérieure, elle vous dirait par où passer, à quel moment partir, quand vous arrêter et ainsi de suite. Les gens d'aujourd'hui ne sont pas à l'écoute d'eux-mêmes, ils dorment, ils mangent, ils se déplacent mécaniquement, à contretemps et veulent être en bonne santé.

Je dis aux Bulgares de ne pas avoir peur parce que, dans le corps de l'humanité, ils représentent le foie. Si les Bulgares disparaissaient, avec eux c'est le foie qui disparaîtrait. Si le foie disparaissait, alors la vésicule biliaire disparaîtrait aussi et le processus d'assimilation ne pourrait plus se faire.

Chaque peuple joue un rôle spécifique dans l'ensemble de la Création divine.

Au ciel les gens malades ne sont pas admis. Là-haut, on vous demandera : «Pourquoi êtes-vous malade? De quoi avez-vous manqué? D'argent, de nourriture, d'air ou d'eau? Tout cela vous a été donné en abondance mais vous n'avez pas su l'utiliser comme il le fallait. Alors maintenant, retournez sur terre pour apprendre à utiliser correctement tous ces biens!» Les spiritualistes doivent être absolument sains dans leur corps, leur cœur et leur pensée.

Pour cette lumière qui vous est envoyée du monde invisible, pensez-vous qu'il ne vous sera jamais demandé de comptes? Pensez-vous qu'il ne vous sera jamais demandé de comptes pour le pain que vous avez mangé ou pour l'énergie dont vous avez bénéficié? On vous tiendra pour responsable de chaque parole prononcée en vain. Le film de votre vie vous sera projeté dans les moindres détails pour que vous compreniez comment vous avez perdu votre temps ou gaspillé vos énergies.

Tout est inscrit dans les annales du monde invisible.

Annexe 1

A. Remèdes naturels à usage externe
Cataplasmes et compresses

Cataplasme de pâte de farine complète au levain

Dans un récipient profond, mélanger de la farine complète (en ajoutant si possible du son) avec du levain naturel (levain de boulanger) préalablement dilué dans de l'eau tiède jusqu'à obtenir une pâte molle. Couvrir d'un tissu, laisser reposer pendant une heure près d'une source de chaleur. Préparer un cataplasme d'environ 1 cm d'épaisseur, l'appliquer sur l'endroit malade. L'entourer d'un tissu imperméable et faire un bandage pour préserver la chaleur.

Avant l'application du cataplasme, traiter la partie malade avec un peu d'huile d'olive. Utiliser toujours une pâte fraîchement préparée.

Cataplasme de lait

Faire bouillir 1 litre de lait, le couper avec le jus d'un citron et filtrer. Avant d'appliquer le cataplasme de lait caillé, traiter l'endroit malade avec de l'huile d'olive. Couvrir d'une toile imperméable et envelopper le tout d'une écharpe de laine. Le bandage doit être solide pour éviter la pénétration de l'air. Maintenir cette application pendant 12 heures, plusieurs soirs de suite.

Cataplasme de lait de brebis

Faire chauffer 2 litres de lait de brebis. Quand il arrive à ébullition, ajouter le jus d'un citron et filtrer. Avant d'appliquer le cataplasme de lait caillé, traiter l'endroit malade avec de l'huile d'olive. Couvrir d'une toile imperméable et envelopper le tout d'une écharpe de laine. Le bandage doit être solide pour éviter la pénétration de l'air. Maintenir cette application pendant 12 heures, plusieurs soirs de suite.

Cataplasme de farine de maïs

Faire cuire de la farine de maïs dans du lait et appliquer la pâte obtenue sur l'abcès. Faire un bandage pour préserver la chaleur. Il est recommandé de garder le cataplasme toute la nuit.

Cataplasme aux olives

Écraser des olives non salées, les mettre entre deux couches de gaze et appliquer le cataplasme sur l'endroit malade durant une nuit. Répéter si nécessaire plusieurs nuits de suite.

Cataplasme aux oignons

Prendre 7 têtes d'oignon (rouge ou blanc) et avant de les éplucher, les écraser dans leur peau. Éplucher, couper en morceaux. Malaxer avec 25 g de sel. Appliquer le cataplasme sur l'endroit malade, faire un bandage et le maintenir 10 à 12 heures.

Cataplasme de miel, farine et eau

Prendre à part égale de la farine et de l'eau. Bien les mélanger et après avoir obtenu une pâte lisse, ajouter la même quantité de miel liquide. Appliquer en couvrant le cataplasme avec un tissu imperméable et faire un léger bandage. Durée de l'application : entre 3 et 10 heures.

Cataplasme aux poireaux
Couper en petits morceaux 1 ou 2 poireaux, les cuire au four, les envelopper dans une compresse et les appliquer le soir sur l'endroit malade. Envelopper avec un tissu imperméable, bander et garder le cataplasme une nuit.

Cataplasme aux pommes de terre crues
Laver les pommes de terre, les couper en lamelles fines, les appliquer sur l'endroit malade, couvrir avec un tissu imperméable et faire un bandage. Garder le cataplasme une nuit.

Cataplasme à la tomate
Appliquer sur l'abcès une tomate coupée, couvrir avec un tissu imperméable et faire un bandage. Garder une nuit.

Cataplasme de cendres chaudes
Recueillir les cendres chaudes de bois de chêne, les mouiller avec un peu d'eau jusqu'à obtenir une pâte pas trop liquide. En faire un cataplasme et l'appliquer durant 5 à 10 minutes sur la partie malade. Après avoir enlevé le cataplasme, traiter avec de l'huile d'olive pure.

Cataplasme au jaune d'oeuf
Pour soigner une plaie, mélanger de la farine avec un jaune d'œuf et de l'huile d'olive, former une galette, appliquer la pâte obtenue sur la blessure.

Cataplasme de cornes grecques (*Okra*)
Pour soigner un furoncle, cuire des cornes grecques dans du lait sucré et appliquer ce cataplasme.

Cataplasme de graines de lin
Cuire des graines de lin dans de l'eau sucrée et appliquer la pâte tiède. Maintenir le bandage une nuit.

Compresse de coton
Imbiber d'eau bouillie un morceau de coton épais et sans l'essorer, l'appliquer encore bien chaud sur l'endroit malade pendant 3 à 4 minutes. Répéter l'opération six fois de suite. Ensuite, enduire d'huile d'olive et couvrir d'un tissu de laine pour préserver la chaleur.

Compresse de fleurs de camomille
Faire bouillir quelques minutes dans l'eau des fleurs de camomille, les égoutter, les mettre dans une gaze, couvrir d'une toile imperméable, puis d'un tissu de laine. Faire un bandage et garder une nuit.

B. Remèdes naturels à usage interne
Préparations diverses

1. Comment préparer et boire l'eau chaude
Il est recommandé de boire de l'eau pure, provenant d'une source. Faire bouillir l'eau pendant 4 minutes, en boire une tasse le matin avant le petit-déjeuner. Cette eau nettoie les résidus dans l'estomac et dans les intestins.

2. Eau de cuisson du blé
Laver 100 g de blé. Le cuire à petit feu dans un litre d'eau environ, pendant 30 à 40 minutes.

3. Soupe de pommes de terre
Peler 2 ou 3 grosses pommes de terre et, sans les couper, les plonger dans l'eau froide légèrement salée. Bien les cuire, sans graisse ni autres additifs. Manger la soupe toujours fraîchement préparée, jamais froide ou conservée d'un jour à l'autre.

4. Préparation des haricots
Pour mieux profiter des qualités nutritives des haricots blancs, les cuire dans de l'eau pure, avec un ou deux oignons, sans apport de compléments, même pas d'huile ni de poivrons. Le haricot contient une huile spécifique qui se marie avec aucune autre, pas même avec l'huile d'olive qui peut l'altérer. Pour rendre les haricots blancs plus digestes, il faut enlever leur pellicule.

5. Décoction de saule blanc (*Salix alba*)
Faire bouillir dans 1 litre d'eau 50 à 60 feuilles de saule pendant 10 à 15 minutes. En prendre une tasse (environ 1 dl ½) matin, midi et soir, ou seulement le matin et le soir. Le saule blanc aide à éliminer le sable des reins, comme celui de la vésicule biliaire. Préparer une nouvelle décoction tous les deux jours. Après en avoir bu 5 litres (un demi-litre par jour environ), arrêter 15 à 20 jours puis recommencer une nouvelle fois.

C. Autres méthodes

1. Comment prendre un bain de pieds
Tremper les pieds dans l'eau bien chaude pendant 10 minutes minimum et augmenter progressivement la température en ajoutant de l'eau plus chaude.

2. Comment provoquer une transpiration
a) Boire à la cuillère entre 3 et 10 tasses au maximum d'eau très chaude, bouillie pendant 4 minutes.
b) Prendre un bain de pieds dans l'eau bien chaude et ajouter petit à petit de l'eau encore plus chaude, pour augmenter la température.
c) Pendant cette procédure, bien se couvrir avec un couverture, jusqu'à provoquer une transpiration abondante.
d) Frotter le corps avec une serviette sèche et changer de vêtements. Après chaque transpiration, changer de vêtements, plusieurs fois si nécessaire.
e) Ne pas réutiliser les vêtements mouillés avant de les avoir lavés et séchés.

Annexe 2

<u>La Prière dominicale</u>

Notre Père qui es aux Cieux,
que Ton Nom soit sanctifié,
que Ton Règne vienne,
que Ta Volonté soit faite sur la terre comme au Ciel.
Donne-nous aujourd'hui notre pain quotidien,
pardonne-nous nos offenses
comme nous pardonnons à ceux qui nous ont offensés.
Ne nous induis pas en tentation
mais délivre-nous du mal,
car c'est à Toi qu'appartiennent
le Règne, la Puissance et la Gloire
aux siècles des siècles.
Amen!

<u>La Bonne Prière</u>

Seigneur Dieu, notre doux Père des Cieux, qui nous as fait don de la vie et de la santé afin que nous T'adorions dans la joie, envoie-nous Ton Esprit pour nous protéger, pour nous garder de tout mal et de toute mauvaise pensée.
Apprends-nous à faire Ta Volonté, à sanctifier Ton Nom, à Te glorifier sans cesse. Sanctifie notre esprit, élève nos coeurs et notre raison pour que nous observions Tes commandements et Tes ordonnances.
Inspire-nous par Ta Sainte Présence de pures pensées, et dirige-nous afin que nous Te servions dans la joie.
Bénis la vie que nous Te consacrons pour le plus grand bien de nos frères et de nos proches. Aide-nous, assiste-nous afin que nous grandissions chaque jour de plus en plus en toute connaissance et sagesse, et que nous demeurions dans Ta Vérité.
Guide-nous afin que tout ce que nous entreprenons pour Ton Saint Nom contribue à établir Ton Règne sur la terre.
Nourris nos âmes du pain des Cieux et remplis-nous de Ta force pour que nous puissions réussir dans notre vie.
Et puisque Tu nous combles de toutes Tes bénédictions, daigne y ajouter Ton Amour afin qu'il demeure éternellement notre loi.
Car c'est à Toi qu'appartiennent le Règne, la Puissance et la Gloire, aux siècles des siècles. Amen!

Annexe 3
Chants de guérison

Annexe 4

Plantes et arbres médicinaux

Nom courant en français	Nom en latin
Absinthe	*Artemisia Absinthium officinalis*
Achillée mille-feuille	*Achillea millefolium*
Alchémille	*Alchemilla vulgaris*
Bardane	*Lappa Bardana*
Camomille (petite)	*Matricaria Chamomilla*
Chanvre	*Herba Cannabis sativa*
Chêne blanc (feuilles)	*Quercus albus (folia*)
Chicorée sauvage	*Cichorium intybus*
Corne grecque	*Okra*
Cornouiller	*Cornus sanguina*
Ellébore	*Elleborus*
Érable	*Acer arbor*
Fraise des bois	*Fragaria vesca*
Gentiane bleue	*Gentiana*
Germandrée Petit Chêne	*Teucrinum Chamaedrys officinalis*
Marronnier (sauvage)	*Aesculus Hippocastanum*
Millepertuis (Herbe de Saint-Jean)	*Hypericum perforatum*
Noyer (feuilles)	*Juglans regia (folia)*
Ortie	*Urtica dioica*
Ricin (huile)	*Ricinus*
Saule blanc (feuilles)	*Salix alba (folia)*
Serpolet	*Thymus Serpyllum*
Sumac (feuilles)	*Folia Cotyni*
Sureau noir	*Sambucus nigra (florea)*
Thym	*Thymus vulgaris*
Tussilage	*Tussilago farfara*
Vigne	*Vitis vinifera*

Texte pour couverture du livre

Peter Deunov (1864-1944), appelé également Béinça Douno, est un Maître spirituel originaire de Bulgarie. Après ses études de théologie et de médecine aux États-Unis (1888-1895), il commença à donner des conférences au début du XXème siècle jusqu'à la fin de sa vie. Ses paroles révèlent d'une manière simple les vraies origines de la vie dans sa beauté, sa richesse, sa puissance, mais aussi sa complexité : peu à peu émerge une nouvelle compréhension de la vie humaine comme partie intégrante de la vie universelle.

Si un grand nombre de thérapies naturelles utilisées actuellement ont puisé leur inspiration dans les idées novatrices de Peter Deunov, son enseignement reste encore aujourd'hui une source inépuisable de savoir et de sagesse.

À l'entrée du troisième millénaire, il apparaît en effet plus que jamais nécessaire pour l'homme contemporain de se reconnecter avec les principes universels et les lois de la Nature vivante.

Les textes choisis sont regroupés dans des chapitres concernant la constitution de l'organisme humain, les conditions indispensables pour un mode de vie saine, les causes des maladies, la guérison, l'amélioration de la santé, avec de nombreuses recommandations générales et d'autres plus spécifiques à des maladies concrètes. Ainsi une large possibilité de compréhension des bases de la santé du corps, de l'âme et de l'esprit permet à chacun de prendre conscience des innombrables liens qui unissent les différents systèmes de l'organisme humain à ceux de la Nature et de l'univers.